

SKANU DUŠÁ

Élményakadémia



grupa
3-60



aktivitātes ārā



30 minūtes

radoša izpausme



MĒRKIS

- radošums
- eksperimenti ar neverbālo komunikāciju
- dziļš kontakts ar dabu

MATERIĀLI

- svilpe vai skanoša bumba, lai norādītu laiku
- katram trio viens acu aizsegs

SAGATAVOŠANA

Atrodiet vietu mežā vai parkā (vēlams, lai tas nebūtu pārpildīts), kur varat sadalīt grupu vairākos trio. Pārliecinieties, ka distancija ir apm. 5 metri starp trio

ĪEVADS

Mēs izmantojam vārdus kā pamatu savstarpējai komunikācijai, palaujamies uz tiem un izmantojam tos kā atskaites punktus. Tomēr klīniskajos eksperimentos tika noskaidrots, ka tikai 7% no mūsu komunikācijas tiek uztverti caur verbālajiem kanāliem un 93% notiek caur neverbālajiem kanāliem (žesti, skaņas, kustības, intonācija). Nākamajā aktivitātē mēs eksperimentēsim ar to, kā dažādas skaņas izraisa dažādas emocijas un reakcijas.



DARBĪBAS

1. Atrodiet piemērotu vietu mežā, kur var redzēt visus dalībniekus. Sadaliet tos trio.
2. Katram trio ir jāatrod vieta, kur viņi strādās. Vietām jābūt min. 5 metru attālumā.
3. Lūdziet viņus izvēlēties pirmo dalībnieku, kas saņem skaņas dušu – to izpilda divi citi komandas biedri.
4. Pirmā persona, "uztvērējs", iegūs acu apsēju.
5. Sākam kopā - katrai komandai ir 15 minūtes = 5-5-5 minūtes katram uztvērējam, lai tiktu pie skaņas dušas. Komandas locekļu starpā notiek rotācija ik pēc 5 minūtēm.
6. Pirms pirmā raunda sākuma jūs lūdzat divus komandas "izpildīšanas" biedrus izveidot skaņas dušu uztvērējam.
7. Viņi ir divi, tāpēc viņi var strādāt kopā (bez iepriekšējas vienošanās) un spontāni radīt skaņu vidi.
8. Viņi to var mainīt jebkurā laikā radošuma procesā. Uztvērējs izrādes laikā stāv uz vietas - izpildītāji var cirkulēt ap viņu, lai radītu 3D skaņas vidi.
9. Viens svarīgs noteikums: ja uztvērējam nepatīk dzirdamā skaņa, viņš var ar rokām dot signālu apstāties un pāriet uz kādu citu skaņas vidi.
10. Trio dalībnieki tiek aicināti neizmantojot verbālos izteicienus - tikai neverbālos: kas ir skaņas, ķermeņa skaņas (aplaudējumi), svilpe, soļi - lēcieni.
11. Lūdzu, neizmantojiet ārējus priekšmetus, piemēram, nūjas, lai radītu skaņas.
12. Ja piecas minūtes ir beigušās, tiek sagatavots nākamais uztvērējs.
13. Pēc trešā raunda pabeidzam aktivitāti un pulcējamies pārdomām.

SKAŅU DUŠA

REFLEKSIJA

- Kā jūs jutāties kā uztvērējs? Kā jutāties izpildītāja lomā?
- Kā jūs jutāties šīs aktivitātes laikā?
- Kā jūs varat saistīt aktivitātes mācību rezultātu ar savu personīgo labklājību?

KOMENTĀRI

Šīs aktivitātes gadījumā primārā ir emocionālā drošība. Var būt dalībnieki, kuriem ir neērti ar aizsietām acīm. Jūs varat palūgt viņus aizvērt acis vai, ja arī tas ir pārāk daudz, tad viņi var piedalīties ar atvērtām acīm.

Skarbas skaņas var būt biedējošas, it īpaši, ja esat ar aizvērtām acīm, varat skatīties un moderēt izpildītājus, lai neradītu „šausmu” vidi, bet gan eksperimentētu ar jaukām skaņām.

Skaņu izpildīšanas laikā nav ieteicams pieskarties uztvērēja ķermenim, tomēr, ja grupā ir labs uzticības līmenis, varat ieviest maigu pieskārienu indikācijas (pleci, mugura, rokas, kājas), kamēr ir skaņas dušas daļa. Tas nostiprinās pieredzi jutekliskā procesā.