

## **Tagasiside tõlkimine eesti keelde. Dokumendi allosas on originaaltekst**

### **Tagasiside assotsiatiivse mõtlemise meetodist**

Mul oli õnn osaleda Aleksei Serovi poolt täiskasvanutele korraldatud koolitusel. Tundides kasutati erinevaid meetodeid, teste ja mänge.

Igal hommikul oli meil assotsiatiivse mõtlemise mäng, mis sai kiiresti hommikuseks aju treeninguks. Õpetaja laotas meie ette paberilehed umbes 15 erineva kummalise kujutisega.

Ma vaatasin ühte laiku, mis meenutas kas ankrut või riidepuud.

"Kirjutage alla pildile, mida näete," palus Aleksei kõigil.

Seejärel pidime kõik oma assotsiatsioonidega jagama. Mul oli pisut hirm, et mu vastus võib teistele rumal tunduda. Asi pole selles, et mul puuduks oma arvamus - ma lihtsalt tean, et kõigile meeldida ei saa. Oleks olnud arusaadav, kui keegi oleks vaiksest mõelnud, et see pole "anker" või viisakalt väljendanud teistsugust arvamust. Kuid ma kartsin, et keegi võib agressiivselt reageerida: "Kas sa ei näe, et see on nägu! Siin on nina ja põsed! See on kutsikas!!!"

Mul on hirm, kui karjutakse, hukka mõistetakse või arutatakse ilma võimaluseta oma seisukohta väljendada. Täielik grupihukkamõistmine. Seisin oma hirmu ees, kuid Õpetaja ootas mu vastust. Kõik vaatasid mind. Tundsin, kuidas kurgus kerkis koma.

Kortsutasin kulmu ja nägin paberil liikumist.

"Inimene tõstab käsi üles," ütlesin ma.

Keegi ei hukka mõistnud. Aleksei noogutas sõbralikult ja küsis:

"Hmmm... Milline inimene? Kirjelda teda. Miks ta käsi tõstab?"

Hakkasin mõtlema. Tõepoolest! Kas ta on rõõmus? Võib-olla jalgpallifänn? Või ta hoiab taevast? Või ajab sääski minema?

Proovisin vaadata erinevatest nurkadest, luua olukordi, seoseid, anda kujundile iseloomu ja meeleteolu. Arendasin mälu, loovust ja kujutlusvõimet.

Rühma liikmed tegid samuti - keegi nägi draakonit, keegi lendavat laeva. Lihtne laik, kuid peas kujunes terve lugu. Mind on alati hämmastanud, kuidas inimesed üht ja sama asja nii erinevalt näevad. See kogemus õpetas mind mõistma ja austama teiste nägemust.

Iga hommik muutus aju treeninguks, nagu sportlasel enne võistlust. Tänu õpetaja toetusele ja huumorimeelele hakkasin järjest vähem kartma teiste hinnangut ja sain avalikult oma arvamust väljendada.

Olen sügavalt tänulik selle väärthusliku kogemuse eest.

Lugupidamisega,  
Natalja Dedu

## Отзыв о методе ассоциативного мышления.

Мне повезло принять участие в обучении, которое проводил Алексей Серов для взрослой аудитории. На занятиях были применены различные методики, тесты, игры.

Например, каждый день на занятиях у нас была игра в ассоциативное мышление. Это стало привычным ритуалом по утрам, своеобразной зарядкой для мозга. Преподаватель раскладывал перед нами листочки, на которых были изображены около 15 странных картинок.

И вот я рассматриваю пятно, похожее то ли на якорь, то ли на вешалку.

«То, что вы видите, запишите под картинкой», — попросил всех Алексей.

Потом нужно было всем поделиться своими ассоциациями. Мне было страшно, что мой ответ покажется кому-то глупым. Не то чтобы я полностью зависела от мнения других и у меня не было своего мнения. Нет. Я понимаю, что всем нравиться невозможно, хоть и хотелось бы. Можно еще понять, если кто-то молча подумает, что это не «якорь», или тактично скажет, что я ошибаюсь. Я боялась: вдруг кто-то с активно-агрессивной манерой начнёт негативное обсуждение и громко скажет:

«Ты что, не видишь, что это морда! Вот нос! Вот щеки! Это щенок!!!»

Мне страшно, когда кричат, повышают голос, осуждают, обсуждают без возможности повлиять на ситуацию и высказать свою точку зрения, игнорируют, не слушают, не слышат. Тотальная групповая категоричность. Я столкнулась со своим страхом, но преподаватель ждал ответа. Все смотрели на меня. У меня ком был в горле.

Я прищурилась и в этом пятне на бумаге увидела движение.

«Человечек поднимает руки», — ответила я.

Никто не осудил. Наоборот, Алексей добродушно кивнул и сказал:

«Тааак. Какой человечек? Опиши. Почему поднял?»

Я задумалась. А ведь точно! Весёлый? Может, он болельщик футбола, может или держит небо или отгоняет комаров.

Я пробовала смотреть с разных сторон, моделировать ситуации, устанавливать смысловые связи, наделять фигуру качествами, настроением, развивала память, креативное мышление, творческое воображение и т. д.

Рядом одногруппники тоже фантазировали: кто-то увидел дракона, кто-то — летающий корабль. Вроде бы просто пятно, а в голове уже сложилась целая история. Мне всегда было интересно, почему люди одно и то же видят по-разному. И это было интересно и полезно — понимать другое видение и уважать его. Так каждое утро мой мозг разминался, как спортсмен перед забегом.

Благодаря чувству юмора, поддержке преподавателя страх перед осуждением становился с каждым днем меньше, поэтому не боялась высказать, даже публично, своё мнение.

Я благодарна за этот опыт. С уважением, Наталья Дедуль.