

Univerza v Mariboru
Pedagoška fakulteta
Center za pedagoško izobraževanje in strokovno izpopolnjevanje

**PEDAGOŠKO ANDRAGOŠKO
IZOBRAŽEVANJE
SOCIALNE SPRETNOSTI PRI POUKU**

Študijsko leto 2012/2013



Maribor, 2013

Dr. Jurka Lepičnik Vodopivec
SOCIALNE SPRETNOSTI PRI POUKU
Študijsko leto 2012/2013

Gradivo je nastalo v okviru PEDAGOŠKO ANDRAGOŠKEGA IZOBRAŽEVANJA pri izbirnem predmetu Socialne spretnosti pri pouku.

Avtorji in avtorice gradiva/posameznih socialnih spretnosti:

Dr. Jurka Lepičnik Vodopivec

Rep Mojca

Aberšek Irena

Ahtik Požegar Maja

Ambrož Zdravkovič Lucija

Anderlič Andrej

Bilić Davor

Blagšič Meta

Blumauer Sabina

Bric Saša

Butkovič Klobasa Tamara

Čas Andreja

Črešnik Nejc

Fidler Armela

Horvat Katja

Hovnik Aleksandra

Klobasa Nina

Korajžija Goran

Košir Janita

Kozman Lea

Lamberger Marjana

Maučec Klara

Petrovič Robert

Petscha Robnik

Potrč Tideja

Pučko Sandra

Salaj Viktorija

Švab Polona

Tratar Irena

Zemljarič Ilirija

Žvar Tanja

ISBN 978-961-6647-38-0



Kazalo

UVOD	4
SOCIALNE SPRETNOSTI PRI POUKU	7
Socialne spretnosti pri pouku na osebni ravni.....	7
Socialne spretnosti pri pouku na ravni odnosov.....	33
Socialne spretnosti na ravni širše družbe	56
ZAKLJUČEK.....	85
LITERATURA.....	86

UVOD

Luckasson idr. (2002, v Tasse, Havercamp in Thompson, 2006) so socialne spretnosti opisali kot tiste spretnosti, ki vsebujejo prijateljstvo (oblikovanje in vzdrževanje odnosov), interakcije z drugimi, socialni delež (udeležba), socialno mišljenje, vključevanje, osebno varnost (sigurnost), sledenje zakonom in medosebne zaupljivosti. Ljudje kot socialna bitja, potrebujemo intenzivno interakcijo z drugimi ljudmi, kar je eden izmed glavnih dejavnikov za razvoj in udejanjanje vseh naših potencialov (Lepičnik – Vodopivec, 2010). Ne glede na to, v katerem življenjskem obdobju se dogajajo, pa se po kvaliteti teh odnosov odraža kvaliteta sodelovanja z ljudmi, ki nas obkrožajo (Lepičnik – Vodopivec, 2010; po Peklaj, 1998). Nenehne spremembe, v naši bližnji ali daljni okolici, nakazujejo potrebo po sodelovanju med ljudmi. Ravno zato se moramo vsi naučiti omenjenih spretnosti, kar povečuje stopnjo naše strpnosti, kvalitetnega skupnega reševanja problemov in dviga zavesti osebne odgovornosti. Socialne spretnosti oziroma veščine so morda najbolj pomembne sposobnosti, ki jih človek potrebuje skozi življenje. Socialne spretnosti so znanja, ki olajšajo interakcijo in komunikacijo z drugimi, lahko so verbalna ali neverbalna. Proces učenja takšnih spretnosti imenujemo socializacija (Warden 2001). Po mnenju Lepičnik – Vodopivec (2010) je torej toliko bolj pomembno, da otroke že v vrtcu/šoli pripravimo na sodelovanje z vrstniki in odraslimi, kar zagotavlja njihov napredek na v spoznavnem, socialnem in čustvenem področju. Organizirano učenje v šolah poteka v skupinah, žal pa možnosti, ki jih daje omenjeno učenje pogosto niso izkoriščene, je spoznavno produktivna komunikacija med učenci samimi toliko bolj smiselna, saj skupinsko ozračje in odnosi, ki (lahko) vladajo v skupini, povečujejo uspešnost učenja. Učenje kot socialen, interaktiven proces, zagotovi učencu/udeležencu pridobitev pomembne informacije, pa tudi vzorce mišljenja in strategije reševanja problemov iz stikov in interakcije tako z vzgojiteljem kot z vrstniki ((Lepičnik – Vodopivec, 2010, po Marentič Požarnik, 2000). Z okoljem smo povezani z vsemi nitmi svojega bivanja. V njem najdemo vse tisto, kar prispeva k rasti čustveno in duševno zdrave osebnosti. Razvoj zdrave osebnosti pa temelji na komunikaciji. Vsaka beseda ima svoj zven, barvo, obliko, moč. Otroci se začnejo učiti spodobnega obnašanja, ko so še čisto majhni. Opazujejo odrasle in se učijo pravil. Družina ima pri tem pomembno vlogo. Kadar smo v družbi, se je treba znati »prav« obnašati. Otroci, ki so od doma vajeni določenih pravil obnašanja, se zlahka prilagodijo v drugem okolju. Da bi učenje postalo učinkovito in zanimivo, je potrebno ubirati raznovrstne poti pri obravnavi učne snovi. Če hočemo, da bi učenje postalo učencu izziv, mora biti le to miselno spodbudno, da je snov zanj pomembna in da lahko učenje poveže z življenjskimi izkušnjami, tudi da je uporabno, zanimivo in predstavljeno skozi igro. Igra vlog je metoda, ki učencu omogoča izgradnjo poglobljenega razumevanja učne snovi, izražanje ustvarjalnosti in spodbujanje v razvoju raznovrstnih veščin oziroma spretnosti (Rupnik Vec in sod., 2003). Brez socialnih spretnosti učenci ne morejo učinkovito funkcionirati v medosebnih odnosih, se spopadati z življenjskimi zahtevami in konstruktivno prispevati k razvoju družbe, ko odrastejo (Cah, Šah Štok, Gramc, 2006). Med igro se razvijajo medsebojni odnosi, sposobnost komunikacije in samozavest, prilagajanje zahtevam skupnosti in navajanje na kompromise. Le-to pa lahko vodi v prijateljstvo, ki lahko traja vrsto let. Bierman in McCauley (1987, v Pečjak in Košir, 2002) povzemata po Hartupu, da imajo pozitivni vrstniški odnosi v razredu ključno vlogo v otrokovem socialnem razvoju. Odnosi med vrstniki so na eni strani produkt razvitosti določenih socialnih spretnosti otroka, po drugi strani pa se otrok številnih

pomembnih socialnih spretnosti, od prevzemanja vlog do kontrole agresivnosti nauči v interakcijah z vrstniki.

Za socialne veščine se pogosto uporablja tudi pojem »življenjske veščine«. Te večinoma razumemo v kontekstu interakcije med posameznikom in drugimi ljudmi, soljudmi. So torej veščine, s katerimi posameznik uresničuje svoje namene, ki ga vodijo, da lahko zadovoljuje svoje potrebe v socialnem okolju. Socialne spretnosti imajo lahko več namenov:

- spoznavanje ali lažji začetek delovanja v skupini,
- aktivno posredovanje vsebine,
- aktivno učenje vsebine,
- spodbujanje komunikacije,
- poudarek na oblikovanju,
- poudarek na meditaciji / sprostitvi, poudarek na igri,
- posredovanje ali preverjanje rezultatov,
- razvijanje skupinske dinamike in občutka pripadnosti,
- ponavljanje in sklepno vrednotenje.

Pomembno je, da pred izvajanjem katerekoli socialne igre razmislimo, »za **koga** pripravljamo igro, **zakaj** to počnemo, kakšna je **naša vloga**, **čemu** to dejavnost izvajamo, **kaj** je tema s katero se bomo ukvarjali, **kako** bomo začeli izobraževanje, **s kakimi pripomočki** si lahko pomagamo v skladu z zmožnostmi in sredstvi« (Brečko, 2002; 10-11). Socialne igre so primerna učna metoda za vse starostne skupine. Kot pravi Brečko (2002; 7), »se lahko vsakdo znajde v vlogi predavatelja, ki bi rad svoja znanja predstavil drugim. Toda imeti znanje je eno, posredovati ga pa povsem drugo. Za to moramo namreč dobro poznati psihologijo učenja in tudi metode, s katerimi svoje znanje posredujemo drugim«. Šola z delovnim procesom je celosten socialni prostor, ki daje vsem vpletenim (učencem, učiteljem in mentorjem v podjetjih) zelo raznolike možnosti za razvoj socialnih spretnosti. Upoštevati pa moramo, da prihajajo v učno okolje iz svojega primarnega socialnega okolja, z osebno zgodovino in svojimi posebnostmi. Prav zaradi tega naj bi bilo več pozornosti namenjeno osvetljevanju in ozaveščanju do sedaj sprejetih vzorcev socialnih interakcij in značilnosti komuniciranja.

Socialne igre so se razvile v 40. letih 20. stoletja kot pripomoček pri izobraževanju poslovnih. Socialne igre nimajo samo družabnega vidika, čeprav se lahko uporabljajo na tej ravni. Svoj namen dosežejo, »če se o dogajanju med igro potem udeleženci pogovarjajo (kako so doživljali igro, kako so sprejeli ostale člane skupine, kako so se počutili)«. (Virk-Rode, 1990; 4). Že pred desetletji so strokovnjaki poudarjali pomembnost sporazumevanja z drugimi, poglobljenega dialoga, soočanja argumentov v skupini, primerjanja in razjasnjevanja idej za uspešno učenje in spoznavnega razvoja nasploh, saj se znanje gradi in bogati predvsem v socialnih procesih razgovora, »pogajanja« o pomenu raznih pojmov in pojavov, dogaja se med učiteljem in učenci in vse bolj tudi med učenci samimi. Aktivno znanje se nenazadnje rojeva v produktivnem dialogu in timskem sodelovanju. Na ta način celotna skupina doseže najboljši možni rezultat (Lepičnik – Vodopivec, 2010). Razvoj socialnih spretnosti v procesu učenja zagotavlja enakopraven partnerski položaj med učenci in učiteljem in jim na pobudo učitelja daje možnost sodelovanja (McGrath, Francey, 1996; Lepičnik – Vodopivec, 2010). Kozel in Kmetec (Lepičnik – Vodopivec, 2010) sta mnenja, da je možno le z skupnim sodelovanjem doseči želeni cilj. Pri tem je pomembno iskanje poti in metod na takšen način, da so sprejemljivi za vključene udeležence. Navedeno povečuje občutke delavnosti, ustvarjalnosti, pripadnosti, sposobnosti,.. (Lepičnik – Vodopivec, 2010). Vse to nam zagotavlja, da se naučimo novih spretnosti, ki se tako ali drugače vedno izkažejo kot zelo uporabne v naši prihodnosti (tudi v McGrath, Francey, 1996). Mnoge socialne spretnosti se nanašajo tudi na razvijanje občutka lastne vrednosti. Učitelji lahko delujejo na otroke izjemno vzpodbudno ali jim dajejo občutek,

da so za neko področje nesposobni. Ti občutki osebo spremljajo še dolgo v odraslo dobo in vplivajo na odločitve, ki jih sprejema. Posameznik z dobrim občutkom lastne vrednosti bo imel jasno življensko usmeritev, visoko sposobnost samoopazovanja, počutili se bodo varne, ne bodo se bali tvegati, znali bodo prevzemati odgovornost za svoja vedenja. Pomanjkanje občutka lastne vrednosti pa lahko vodi v nezaupljivost, neuspešnost, iskanje izgovorov, zanikanje težav, izogibanje odgovornosti in posledično v mnoga samouničevalna vedenja. (Reasoner, 1995). Na tovrsten način zanje raste in učenec »bogati« na vseh nivojih razvoja.

SOCIALNE SPRETNOSTI PRI POUKU

Socialne veščine so veščine, ki se dogajajo na treh ravneh:

- na osebem nivoju (te posameznik potrebuje za graditev samopodobe, reševanje lastnih težav in izražanje svojih zamisli)
- na nivoju odnosov (sklepanje kompromisov, pogajanje in sodelovanje, gradnja in vzdrževanje lastnih socialnih mrež)
- na nivoju širše družbe ali makro sistema (prispevanje k dobrobiti države, občutljivosti za druge).

V nadaljevanju sledijo izbrani primeri socialnih spretnosti na vseh treh ravneh

Socialne spretnosti pri pouku na osebni ravni

REŠEVANJE KONFLIKTNE SITUACIJE PREKO IGRE VLOG (Ginnis, 2004; Lipičnik – Vodopivec, 2010)

Cilj:

Udeleženci se naučijo vedenja in reakcij/odzivanja v konfliktnih situacijah

Potek:

Udeleženci odigrajo določeno konfliktno situacijo. Npr. pritožba učenca zaradi neprimerne obnašanja drugega učenca, oseba želi oddati vlogo pri organu v dnevno, ko le –ta nima uradnih ur, pri tem pa mu varnostnik omenjeno mora preprečiti; Oseba se ne strinja z izdano kaznijo s strani policista,...

Pri tem je možnih več načinov: Osebe lahko to odigrajo po vnaprej pripravljenem scenariju ali pa je sama izvedba prepuščena učencem. Dogodek lahko odigrata dva para, pri čemer pri prvem paru gre za pretežno avtorski stil obnašanja, kar bo najverjetneje konflikt zaostri, drugi par pa odigra demokratični stil obnašanja, kar posledično vodi v razreševanje konflikta. Možnost igranja vlog je lahko določena ali pa se določi v posvetovanju z ostalimi člani skupine. Vloge je možno vmes zamenjati, kar pa je odločitev vodje.

Evalvacija:

Izkušnje kažejo (tudi Lipičnik – Vodopivec, 2010), da so učenci pri tem izjemno domiselni in s tem tovrstna igra postane zanimiva, tudi do te mere, da v samo igro pritegne ostale učence – opazovalce. O samem poteku igre, kaj se je dogajalo in reakcijah tistih, ki vlogo odigrata, pa se je smiselno pogovoriti in si zapomniti pozitivne in negativne izkušnje, katere so lahko izjemno uporabne v nadaljnjih življenjskih situacijah.

KAKO ME VIDIJO DRUGI

Cilj:

- Zavestno predstaviti socialne vloge in razporeditev le-te na prioriteto listo.
- Ustaviti se ob razmišljanju, kako nas vidijo drugi ljudje.

- Vaja omogoča tudi medsebojno spoznavanje članov skupine in s tem zmanjšanje socialne distance.

Potek:

- Vsak udeleženec sam zase odgovori na naslednja vprašanja:
- kako vidim sam sebe (zabeleži si tri do štiri mnenja),
- kako mislim, da me vidijo moji starši (tri do štiri mnenja),
- kako me vidijo moji dobri prijatelji (tri do štiri mnenja).

V skupini se štirje člani izmenjajo svoje samopodobe in predvidevanja o tem, kako jih vidijo drugi, ter podajo tudi svoje razloge za ta predvidevanja. Zvrstijo se vsi člani skupine in se nato pogovorijo tudi o tem, kako vidijo drug drugega.

Za vajo je potrebnih 20 minut, število članov v skupini je lahko poljubno.

Evalvacija:

- Koliko se tisto, kar jaz predvidevam, da me drugi vidijo, sklada s tem, kakšen feedback sem dobil v skupini.
- Koliko sem bil lahko v tej skupini odkrit in kako sem se ob tem počutil?

PONOVI KAR VIDIS

Cilji:

- vzpodbujati udeleženceve različne možnosti izražanja,
- razvijati jim sposobnosti prepoznavanja različnih možnosti izražanja,
- vzpodbujati udeležence, da prepoznajo gibe, da jih verbalno izrazijo, da jih posnemajo
- izražanje nekaterih elementarnih vlog in dela z gibi.

Potek:

Uporabimo kartone z narisanimi različnimi izrazi obraza, gibov in položaja telesa. Udeleženec mora prikazati tisto kar je narisano.

Evalvacija:

Smisel socialnih iger je v tem, da razmislimo kaj se je med igro dogajalo. Zato je po vsaki igri potrebna analiza počutja udeležencev med igro. Cilj dosežemo le, če se o tem pogovorimo, vodja mora udeležence spodbujati k izražanju svojih mnenj.

- Kako ste se počutili, ko ste izvajali izraze obraza, gibov in položaja telesa?
- Kaj je bil po vašem mnenju namen te igre?

KOLAŽ

Cilji:

Samoopazovanje, samostojno delo, ustvarjalnost

Potek:

Skupina ima na voljo veliko slikovnih revij. Iz njih izrezujejo slike, s katerimi poskušajo posamezniki prikazati sebe tako, kot mislijo, da jih vidijo drugi. Te slike nalepijo na eno stran risalnega lista. Na drugo stran risalnega lista pa prilepijo izrezane slike, s katerimi skušajo prikazati svojo notranjost (svoje želje, pričakovanja, strahove, itd.).

Evalvacija:

Po končanem delu vsak predstavi svoj kolaž. Zanima nas, ali so zadovoljni s svojo podobo. Če se kdo počuti zadržano, ne drezamo vanj, še posebej pri predstavljanju notranjosti. Ali lahko s podobo opišemo neko lastnost? Ali nas tudi drugi vidijo take, kot smo se upodobili? Udeležencem ponudimo iztočnice za razmislek, a ne delamo konkretnih zaključkov, saj ga najde vsak pri sebi zase.

PRIDOBIVANJE POZITIVNE PODOBE IN SAMOZAUPANJA

Cilji:

Pozitivno vplivati na izboljšanje mišljenja o sebi, razmišljati o sebi, sprejemanje sebe kot pozitivne osebe in graditi boljše medsebojne odnose s pozitivnimi afirmacijami vplivati.

Potek:

Preberi spodnje misli in izberi eno, ki ti je najbolj všeč. Prepiši jo s svojo najlepšo pisavo na večji list papirja, zraven še kaj nariši, potem pa obesi nekje doma. Skušaj ji kar najbolj slediti. Lahko si tudi izmisliš svojo misel.

- V sebi, v ljudeh in v življenju iščem lepe stvari.
- Sam sem ustvarjalec svojega življenja.
- Vem, da me življenje ne želi prizadeti, ampak učiti.
- Ko delam dobro, se dobro počutim; ko delam slabo, se slabo počutim.
- Edini košček veselja, ki ga lahko popravim, sem jaz sam.
- Sam moram biti sprememba, ki jo hočem videti v svetu.
- Sem radoveden raziskovalec skrivnosti življenja.

ALI

Pri tej spretnosti se oseba psotavi pred ogledalo in sama sebi govori pozitivne stavke :

- Irena, popolnoma zaupaš vase!
- Si pozitivna in čudovita!
- Sprejemaš sebe z vsemi napakami in si enkratna!

- Irena, zmogla boš!
- Si močna in samozavestna!
- Vem, da boš uspela in se pravilno odločila, itd....

Evalvacija:

Po enem tednu sledenja svoji misli sem opazil, da sem se počutil bolje, močneje. Obenem sem občutil enkratnostin neponovljivost sebe kot posameznika in to vzel kot pozitivno naravnano stvar. Počutil sem se pomembno. Vsaka pozitivna misel ima moč, vpliva na nas, na našo držo, na naša čustva in tudi na medsebojne odnose.

KAKŠNO JE TVOJE SPOŠTOVANJE?

Cilj:

Ugotoviti, kakšno je naše spoštovanje, glede na oblike zaznav.

Potek testa:

Udeleženci pred sabo dobijo list z vprašalnikom. Vsak zase prebere naslednje trditve, premisli v kolikšni meri zanj držijo in obkroži ustrezno številko.

(3 = popolnoma držijo, 2 = včasih držijo, 1 = ne držijo)

Ocenite naslednje trditve:	3	2	1
Mirno poslušam sogovornika, tudi če se ne strinjam z njim.			
Rad spoznavam nove ljudi.			
Rad imam naravo in udeležujem se akcij za čisto okolje.			
Spodbujam druge, da dajo vse od sebe.			
Rad opazujem ljudi, ki so v čem boljši kot jaz.			
Upoštevam zasebnost drugih ljudi.			
Ni mi vseeno, kako se počutijo drugi.			
Upoštevam pravila (v šoli, na cesti, pri igri).			
Ne bojim se novih izkušenj.			
Razumem ljudi, ko delajo napake, saj jih delam tudi sam/a.			
Znam pohvaliti koga, ki kaj dobro opravi in tudi sam/a znam sprejeti pohvalo.			
Trudim se, da nikogar ne prizadenem.			
Ko mi kaj ne gre, se ne jezim nase, saj vem, da mi bo naslednjič uspelo.			
Verjamem, da imajo ljudje okoli mene pravico kdaj biti slabe volje. Razumem jih, če so zato kdaj do mene neprijazni.			

Evalvacija:

Po končanem testu, udeleženci seštejejo točke in na podlagi dobljenih rezultatov izvedo, kakšno stopnjo spoštovanja imajo:

- Spoštovanje je visoko (39 - 42 točk)
- Spoštuješ sebe, ljudi in naravo. Ljudje, ki so v čem boljši kot ti, v tebi ne vzbujajo zavisti, ravno obratno, navdihujejo te. Rad/a jih opazuješ, rad/a se učiš od njih. Na težave ne gledaš kot na nepremagljive ovire, ampak kot na nove izzive, ki te bodo obogatili. Ne bojiš se delati napak, ker veš, da se iz njih učiš. Rad imaš učenje in srečen človek si.
- Povprečno spoštovanje (28 - 38 točk)
- Tvoje spoštovanje je pogosto praktično in preračunljivo. Sprašuješ, če se ti splača; prijazen si, ko ti to prinese korist; rad imaš, če imaš kaj od tega. Zdi se ti, da si upravičeno tak, saj so taki tudi drugi. Zdi se ti, da bi bil boljši, če bi bili drugi boljši. Pa veš, zakaj so taki? Ker po naravnem zakonu *dobiš kar daš*. Ko boš zmožel več ljubezni do ljudi, boš to dobil tudi od njih. Kako? Bodi prijazen z nekom, ki te ne mara; mirno odgovori nekemu, ki te zmerja; bodi iskren z nekom, ki laže. Najprej se ti bo zdelo nemogoče, čez čas ti bo šlo težko, potem vse lažje in nazadnje bo preprosto in naravno.
- Nizko spoštovanje (14 - 27 točk)
- Nezadovoljen si in pogosto imaš konflikte z ljudmi. Nenehno se čutiš ogrožen, napadalen, prizadet. Zato tudi sam ogrožaš, napadaš in prizadeneš. Zbudi se. Nihče ni proti tebi. Ljudje reagirajo grobo in neprijazno zaradi tvojega vedenja in tvojih besed. Ne dovoli, da hudobna beseda kar zleti iz tvojih ust; premisli, preden kaj rečeš in narediš. Saj lahko poveš, ko te kdo užali, prizadene ali ti naredi krivico. A prosil, povej, ne kriči. Ko boš sam drugačen, bolj umirjen in spoštljiv, bodo takšni tudi ljudje okoli tebe.
-

MOJA DESNA STRAN JE PRAZNA

Cilji:

- otrok (posameznik) spoznava samega sebe in druge ljudi ter si skozi igro pridobiva občutek pripadnosti skupini,
- otroci se učijo kontrolirati svoje gibe,
- sproščeno se vključujejo v igro in ob igri občutijo veselje,
- razvijanje občutka svobode v igri s prijatelji in odraslimi.

Metoda dela: razgovor, igra

Potek:

Udeleženci se usedejo v krog tako, da je eno mesto prazno. Udeleženec, s katerega desne strani je prazno mesto, reče: »Moja desna stran je prazna. Kličem Petra (ime drugega udeleženca), da priskaklja (se privrti, se priplazi, pride po eni nogi...) do mene.« Naslednji udeleženec, katerega desna stran je prazna, kliče naslednjega udeleženca, dokler ne pridejo na vrsto vsi. Pozorni moramo biti, da koga ne izpustimo.

Evalvacija (vprašanja za razgovor):

- Kako ste se počutili, ko ste morali nekoga poklicati/izbrati?
- Kako ste se počutili, ko ste bili poklicani/izbrani?
- Vam je bilo prijetno/neprijetno?
- Zakaj ste določeno osebo izbrali?
- Zakaj mislite, da vas je določena oseba izbrala?

- Smo mogoče koga izpustili?

ČAROBNA ŠKATLICA

Cilj:

Učenci dobijo sporočilo o tem, kako pomembni in dragoceni so.

Potek:

Pripravimo lepo okrašeno škatlico v katero položimo ogledalo. Učenci naj sedijo v krogu. Škatlica naj med njimi kroži, vsak jo odpre, pogleda vanjo, jo zopet zapre in poda naprej. Povemo jim, da je to čudežna škatlica, ter da se v njej skriva odgovor na vprašanje: »Kdo je najbolj čudežna oseba na tem svetu?«

Pogovor:

Učence vprašamo, kako so se počutili, ko so odprli škatlico?

Igro lahko kombiniramo oziroma je **lahko uvod v druge igre na primer Pohvalimo se**, pri kateri iščemo pozitivne stvari pri sebi in drugih in to na skupino že deluje povezovalno.

Potek: Učenci sedijo v krogu, igra teče v smeri urinega kazalca. Prvi pove sosedu eno svojo dobro lastnost, nato pa še dobro lastnost tega sosedu. Ta stvar ponovi in igra se nadaljuje, dokler ne pridejo vsi na vrsto.

Pogovor:

Kako ste se počutili med igro? Kako ste sprejeli pohvalo? Ali je bilo pohvalo lepo slišati? (Vtič Tršinar, 2004)

POKAŽI KAJ ZNAŠ

Cilji:

Spodbujanje komunikacijskih spretnosti in samospoštovanje, sporazumevanje in spretnost poslušanja. Pri tej igri je dobro, da učenci, ki ne želijo sodelovati, jim podamo vlogo »sodnika«.

Potek:

Učencem razložimo, da bo vsak posameznik imel na voljo čas, da pred razredom pokaže nekaj novega kaj se je naučil v tem šolskem letu, pri pouku ali kje drugje v svojem domačem okolju (igranje bobnov, igranje rokmeta, znanje tujega jezika, petja...). K nastopu lahko povabimo tudi sosednji razred, če izrazijo soglasje in s učenci s tem strinjajo. Potem skupaj preučijo s predavateljem in učenci katere spretnosti, nova znanja ali talente lahko posamezni učenec predstavi. Učencem damo nekaj dni po dogovoru za pripravo bodi si ga v šoli ali doma. Preverimo, ali ima vsak svojo idejo za nastop. S predlogi, ki jih učitelj pripravi, pomagamo najti rešitev za tiste, ki niso imeli svoje ideje za nastop (pripovedujejo kako so dobili novega psa, opišejo kako so doživljali ribolov z očetom na dopustu, opišejo potek kako so pomagali stricu popraviti star motor...). Vaja se temeljito pripravi, zlasti, če bomo imeli v razredu goste (sosednji razred). V tem primeru se dogovorimo, da bomo vrnili obisk tudi njim, ko bodo, če bodo tudi oni izvedli to vajo. Če kateri od učencev noče sodelovati, ga k sodelovanju zaradi morebitne plahosti ne silimo in spoštujemo njegovo zasebnost. Ti učenci naj bodo sodniki, ki bodo odločali kateri nastop je najboljši. Sodniki naj imajo vlogo žirije,

cilj je, da sodelujejo. Sodniki lahko izpolnjujejo tudi obrazec »Sodniški ocenjevalni list«. Nastopajočih ne razvršča po lestvici, sodnike pa ohranja k zbranosti in sodelovanju pri igri. K odgovornosti vedenja občinstva lahko pripomoremo tudi tako, da ga razdelimo vsem učencem in vsi ocenjujejo posamezne nastope.

Evalvacija:

Udeleženci igre z njo pokažejo kaj novega so se naučili. Med sabo imajo možnost, da se opazujejo in tudi ocenjujejo. Igra ima lahko tudi možnost navduševanja otrok po iskanju novega znanja. S tem se udeleženci lahko tudi otresejo straha pred javnim nastopanjem in pokazati okolici svoje znanje, za katerega so vložili svoj trud in čas. Moje mnenje je, da se lahko iz te igre udeleženci po želji za novim znanjem tudi medsebojno navdušujejo in vzpodbujajo. Vsak posameznik rad govori o svojih lastnih uspehih.

Priloga: Sodniški ocenjevalni list

DELOVNI LIST

- a) Ime in priimek: _____
- b) Opis nastopa »pokaži, kaj zna«: _____
- c) Dolžina nastopa: _____
- č) Zanimivost nastopa: _____
- d) Kje naučeno (doma, v šoli..?) _____

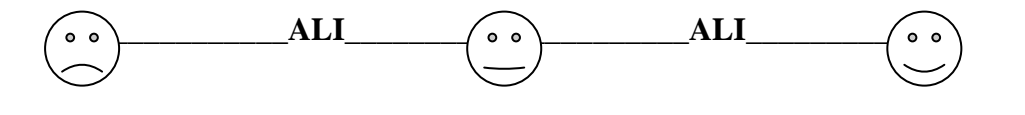
TRAK POČUTJA

Cilj/i:

Ocenjevanje samega sebe, kako se počutim v tem trenutku, odkrivanje sebe, lastnega počutja.

Potek:

Na papir narišemo graf, ki ponazarja nevtralno, pozitivno in negativno stanje (glej spodnjo sliko). Udeležence/učence poprosimo, da svoje ime napišejo na tisto mesto, za katero ocenijo, da se trenutno počutijo. Dodatno lahko pripišejo situacije, v katerih se počutijo dobro ali slabo.



Situacija/e:

-	-	-
-	-	-
-	-	-

Evalvacija:

Ko udeleženci/učenci napišejo svoje ime, jih povabimo, da vsak zase razmisli in odgovori na naslednja vprašanja:

- Ali vemo, zakaj se počutimo dobro ali slabo?
- Kaj sploh pomeni »imeti/počutiti se dobro«?
- Kaj je tisto, kar bi vplivalo na to, da bi se počutili še bolje?
- S čim je povezano moje počutje? Kateri dejavniki vplivajo na to?
- Ali se vsakodnevno sprašujemo, kako se počutimo in ali to sporočimo drugim?
- Kaj smo naredili zato, da se danes počutimo boljše ali slabše?
- Kako lahko vplivamo na svoje počutje?

KAKŠNO JE TVOJE SPOŠTOVANJE?

Preberi naslednje trditve, premisli, v kolikšni meri držijo zate in obkroži ustrezno številko. (3=popolnoma držijo, 2=včasih držijo, 1=ne držijo.)

3	2	1	1. Mirno poslušam sogovornika, tudi če se ne strinjam z njim.
3	2	1	2. Rad spoznavam nove ljudi.
3	2	1	3. Rad imam naravo in udeležujem se akcij za čisto okolje.
3	2	1	4. Spodbujam druge, da dajo vse od sebe.
3	2	1	5. Rad opazujem ljudi, ki so v čem boljši kot jaz.
3	2	1	6. Upoštevam zasebnost drugih ljudi.
3	2	1	7. N mi vseeno, kake se počutijo drugi.
3	2	1	8. Upoštevam pravila (v šoli, na cesti, pri igri,...).
3	2	1	9. Ne bojim se novih izkušenj.
3	2	1	10. Razumem ljudi, ko delajo napake, saj jih delam tudi sam.
3	2	1	11. Znam pohvaliti koga, ki kaj dobro opravi, in tudi sam znam sprejeti pohvalo.
3	2	1	12. Trudim se, da nikogar ne prizadenem.
3	2	1	13. Ko mi kaj ne gre, se ne jezim nase, vem, da mi bo naslednjič uspelo.
3	2	1	14. Verjamem, da imajo ljudje okoli mene pravico kdaj biti slabe volje. Razumem jih, če so zato kdaj do mene neprijazni.

TVOJE SPOŠTOVANJE JE:

VISOKO (39-42 točk)

Spoštuješ sebe, ljudi in naravo. Ljudje, ki so v čem boljši kot ti, v tebi ne vzbujajo zavisti, ravno obratno, navdihujejo te. Rad jih opazuješ, rad se učiš od njih. Na težave ne gledaš kot na nepremagljive ovire, ampak kot na nove izzive, ki te bodo obogatile. Ne bojiš se delati napak, ker veš, da se iz njih učiš. Rad imaš življenje in srečen človek si.

POVPREČNO (28-38 točk)

Tvoje spoštovanje je pogosto praktično in preračunljivo. Spoštuješ, če se ti splača; prijazen si, ko ti to prinese korist; rad imaš, če imaš kaj od tega. Zdi se ti, da si upravičeno tak, saj so taki tudi drugi. Zdi se ti, da bi bil boljši, če bi bili drugi boljši. Pa veš, zakaj so taki? Ker po naravnem zakonu *dobiš, kar daš*. Ko boš zmogel več ljubezni do ljudi, boš to dobil tudi od njih. Kako? Bodi prijazen z nekom, ki te ne mara; mirno odgovori nekomu, ki te zmerja; bodi

iskren z nekom, ki ti laže. Najprej se ti bo zdelo nemogoče, čez čas ti bo šlo težko, potem vse lažje in nazadnje bo – preprosto in naravno.

NIZKO (14-27 točk)

Nezadovoljen si in pogosto imaš konflikte z ljudmi. Nenehno se čutiš ogrožen, napaden, prizadet. Zato tudi sam ogrožaš, napadaš in prizadeneš. /Če si bolj plašne narave in si ne upaš, to počenjaš v svojih mislih.) Zbudi se. Nihče ni proti *tebi*. Ljudje reagirajo grobo in neprijazno zaradi tvojega *vedenja* in tvojih *besed*. Ne dovoli, da hudobna beseda kar zleti iz tvojih ust; premisli, preden kaj rečeš, premisli, preden kaj narediš. Vprašaj se: »Mi bo to prineslo lepše odnose? Se bom s tem človekom boljše razumel?« Če je odgovor ne, potem bodi raje tiho. Saj lahko poveš, ko te kdo užali, prizadene ali ti naredi krivico. A prosí, povej, ne kriči. Ko boš sam drugačen, bolj umirjen in spoštljiv, bodo takšni tudi ljudje okoli tebe.

ZAKLJUČEK VAJE: Opazuj ljudi okoli sebe, išči pozitivno v njih in izrazi spoštovanje za kakšno njihovo zamisel. Pogosto reci komu kaj podobnega kot: »Hej, to pa se dobro sliši.« (Vtič, 2004,47)

POTOVANJE DOMIŠLJIJE

Cilji:

- najti pristop k reševanju zastavljene naloge ali k načinu obravnavanja določene teme
- odkrivanje novih pogledov na določeno vsebino/temo
- odkrivanje in uporaba domišljije, ustvarjalnosti, idej in izkušenj
- sproščanje, obvladovanje stresa

Potek:

Metoda potovanja domišljije je pravzaprav postopek projekcije in »brskanja« po globljih izkušnjah. Predavatelj jo izvede na podlagi daljšega govornega navodila, ki mora biti oblikovano tako, da se dotakne notranjega sveta udeležencev. To pa pomeni, da udeleženci vsebino govornega navodila, povežejo s svojim notranjim razpoloženjskim stanjem, življenjskimi izkušnjami, ukoreninjenimi potrebami in interesi, včasih pa tudi z nezavednimi vzgibi. Lahko bi tudi rekli, da se na podlagi govornega navodila odkriva prazen prostor, ki ga udeleženec zapolni s svojimi imaginarnimi in izkustvenimi slikami.

Za primer bomo vzeli oblikovano govorno navodilo, s katerim želimo najti temo za nadaljnjo obdelavo v skupini. Tam kjer je govorno navodilo prekinjeno s pikami (...), naj predavatelj naredi kratek premor, da mu udeleženci lažje sledijo v svoji domišljiji.

» Z vami bi šel rad na potovanje, ki naj bi nam pomagalo priti do pomembnih tem pri našem skupinskem delu. To je potovanje na podlagi vaše lastne domišljije. Prosim, če sedete tako udobno, da boste lahko nekaj časa ostali v tem položaju. Pazite na to, da lahko sproščeno dihate, tako da niti prsni del niti trebuh nista stisnjena. Prosim, da zaprete oči. To vam bo pomagalo pri nastajanju lastnih slik pred notranjim očesom...

Predstavljajte si, da je lep topel poletni dan ..., dan, ki pripada samo vam ..., odpeljali ste se na kratek izlet ..., hodite po ozki poti, ki vodi po zelenem cvetočem travniku ..., poslušate ptice in vohate cvetlice in trave ..., pot sedaj vodi v svetel bukov gozd ..., vi hodite in se veselite na svoj dan ..., nekaj časa za tem naredi pot ovinek in na gozdni jasi vidite prijazno, leseno hiško ..., približate se ji in skozi odprta vrata vstopite v vežo ..., tam na nasprotni steni visi slika ..., od blizu si jo ogledate ..., jo prepoznate ..., skušate si jo vtisniti v spomin ..., kar na enkrat vidite, kako izgine ..., in pojavi se nova slika povezana z vprašanji, temami, problemi, s katerimi se že nekaj časa ukvarjate

...,ta slika ne izgine več, ostane, kjer je ..., odtrgate se od nje ..., in pazite kako to naredite ..., naenkrat zaslišite glasove ..., odkrijete, da morajo biti za vrati, ki vodijo iz veže ljudje ..., približate se vratom in previdno pogledate skozi ključavnico ..., vidite skupino ljudi, ki sedijo v krogu in se pogovarjajo drug z drugim ..., slišite lahko kaj se pogovarjajo ..., o temi, ki vas zelo zanima ..., nekaj časa jih poslušate ..., ljudje vstanejo in začnejo delati to, kar bi veselilo tudi vas ..., odprete vrata, ljudje so veseli, da ste prišli, kot da bi čakali na vas ..., enostavno se priključite ..., čez nekaj časa imate tega dovolj in se spet odpravite na pot ..., toda preden greste, vam nekdo podari nekaj v slovo in za spomin ..., natančno si ogledate darilo ..., spravite ga ..., rečete zbogom in se napotite nazaj po poti skozi gozd ..., cvetoče travnike ..., in se počasi vrnete v prostor ..., darilo imate seboj ..., odprete oči in stopite v stik s prostorom in ljudmi v njem. » (Brečko, 2002)

Metoda je primerna za največ 24 udeležencev. Za izvedbo celotne metode moramo imeti na voljo približno 45 minut (približno 15 min za govorno navodilo in najmanj 30 min za opis doživetij). Najbolje je, da že na začetku povemo udeležencem, da ima vsak na voljo 2 min za opis potovanja.

Prostor naj omogoča čim večje udobje. Dobro je, če so stoli razvrščeni v polkrog in omogočajo sproščeno in mirno sedenje (ne fotelji, kot bi si lahko kdo predstavljal). Drugi pripomočki niso potrebni.

Evalvacija:

Vsak ima možnost povedati kaj je doživel na svojem potovanju, kar pomeni, da pripoveduje o delih potovanja o katerih želi pripovedovati, drugi ga pozorno poslušajo (predavatelj mora preprečiti komentarje drugih, saj gre za zelo osebna in pogosto tudi občutljiva doživetja).

Predavatelj lahko pomaga udeležencem pri opisu potovanja s pomožnimi vprašanji:

- Kaj ste videli?
- Kaj je bila tema skupine, o čem so se pogovarjali?
- Kako je bilo, ko ste se pridružili skupini?
- Kakšno je vaše darilo in kaj vam pomeni?

Smisel opisa doživetja potovanja je odkriti, katere teme so pomembne za udeležence in kako so prišle na plan. Če imamo na voljo veliko časa, lahko udeleženci svoja doživetja tudi zapišejo in šele nato predstavijo ostalim. Te teme si zapisujemo, in ko vsi, ki so hoteli pripovedovati, pridejo na vrsto, lahko izberemo katero izmed tem za nadaljnje delo.

OSEBNOSTNI PREREZ

Cilj:

Ugotavljanje osebnostnega prereza posameznika

Pripomočki:

Kopije vprašalnika na naslednji strani

Velikost skupine:

5-20 udeležencev

Potek:

Razložimo namen aktivnosti. Razdelimo vprašalnike med udeležence in jih poprosimo, da iz vprašalnikov v vsaki vrsti izberejo eno od 4-ih vodoravnih besed, ki jih najbolj označujejo in

pred njo napišejo znak X. Izpolnijo vseh 40 vrstic in ne preskočijo nobene. Nato pa vse svoje X prenesejo k ustreznim besedam v točkovni tabeli in seštejejo skupno število točk. Iz skupnega števila točk bo razvidno kateremu osebnostnemu prerezu najbolj ustrezajo: priljubljeni sangvinik, močni kolerik, popolni melanholik ali mirni flegmatik. Nato še razložimo, kaj vsak osebnostni prerez pomeni.

Evalvacija (vprašanja za diskusijo):

1. Kateri osebnostni prerez ste dobili iz rezultatov?
2. Kaj ste izvedeli o sebi iz te aktivnosti?
3. Se lahko poistovetite z rezultatom osebnostnega prereza?
4. Če ne, kateri osebnostni prerez vas najbolj opisuje?

Ime in Priimek _____

Datum _____

TEST OSEBNOSTNEGA PREREZA

Navodila: V vsaki vrsti izberite eno od 4-ih vodoravnih besed, ki vas najbolj označujejo in pred njo napišite znak X. Izpolnite vseh 40 vrstic in ne preskočite nobene.

Moči

- | | | | |
|---------------------------------------------|---------------------------------------|-----------------------------------------|----------------------------------------|
| 1. <input type="checkbox"/> pustolovski | <input type="checkbox"/> prilagodljiv | <input type="checkbox"/> živahen | <input type="checkbox"/> analitičen |
| 2. <input type="checkbox"/> vztrajen | <input type="checkbox"/> igriv | <input type="checkbox"/> prepričljiv | <input type="checkbox"/> miroljuben |
| 3. <input type="checkbox"/> ubogljiv | <input type="checkbox"/> požrtvovalen | <input type="checkbox"/> priljuden | <input type="checkbox"/> trdovraten |
| 4. <input type="checkbox"/> uvideven | <input type="checkbox"/> se nadzoruje | <input type="checkbox"/> tekmovalen | <input type="checkbox"/> prepričevalen |
| 5. <input type="checkbox"/> osvežujoč | <input type="checkbox"/> spoštljiv | <input type="checkbox"/> zadržan | <input type="checkbox"/> iznajdljiv |
| 6. <input type="checkbox"/> zadovoljen | <input type="checkbox"/> dojemljiv | <input type="checkbox"/> samozaupljiv | <input type="checkbox"/> duhovit |
| 7. <input type="checkbox"/> načrtovalec | <input type="checkbox"/> potrpežljiv | <input type="checkbox"/> pozitiven | <input type="checkbox"/> zagovornik |
| 8. <input type="checkbox"/> zanesljiv | <input type="checkbox"/> spontan | <input type="checkbox"/> načrten | <input type="checkbox"/> sramežljiv |
| 9. <input type="checkbox"/> urejen | <input type="checkbox"/> uslužen | <input type="checkbox"/> pošten | <input type="checkbox"/> optimističen |
| 10. <input type="checkbox"/> prijazen | <input type="checkbox"/> predan | <input type="checkbox"/> zabaven | <input type="checkbox"/> silovit |
| 11. <input type="checkbox"/> tvega | <input type="checkbox"/> veder | <input type="checkbox"/> diplomatski | <input type="checkbox"/> pedanten |
| 12. <input type="checkbox"/> vesel | <input type="checkbox"/> dosleden | <input type="checkbox"/> kulturn | <input type="checkbox"/> zaupljiv |
| 13. <input type="checkbox"/> idealističen | <input type="checkbox"/> neodvisen | <input type="checkbox"/> nenapadalen | <input type="checkbox"/> navdihujoč |
| 14. <input type="checkbox"/> odkrit | <input type="checkbox"/> odločen | <input type="checkbox"/> ciničen | <input type="checkbox"/> globok |
| 15. <input type="checkbox"/> posredovalec | <input type="checkbox"/> muzikalichen | <input type="checkbox"/> povzročitelj | <input type="checkbox"/> družaben |
| 16. <input type="checkbox"/> premišljen | <input type="checkbox"/> žilav | <input type="checkbox"/> pripovedovalec | <input type="checkbox"/> strpen |
| 17. <input type="checkbox"/> poslušalec | <input type="checkbox"/> zvest | <input type="checkbox"/> voditelj | <input type="checkbox"/> navdušen |
| 18. <input type="checkbox"/> prilagodljiv | <input type="checkbox"/> šef | <input type="checkbox"/> dela diagrame | <input type="checkbox"/> prisrčen |
| 19. <input type="checkbox"/> perfekcionista | <input type="checkbox"/> prijeten | <input type="checkbox"/> produktiven | <input type="checkbox"/> priljubljen |
| 20. <input type="checkbox"/> navdušen | <input type="checkbox"/> drzen | <input type="checkbox"/> spodoben | <input type="checkbox"/> uravnovešen |

Šibkosti

1. <input type="checkbox"/> brezizrazen	<input type="checkbox"/> plah	<input type="checkbox"/> nesramen	<input type="checkbox"/> oblasten
2. <input type="checkbox"/> nediscipliniran	<input type="checkbox"/> nenaklonjen	<input type="checkbox"/> malodušen	<input type="checkbox"/> ne oprošča
3. <input type="checkbox"/> zadržan	<input type="checkbox"/> zamerljiv	<input type="checkbox"/> uporen	<input type="checkbox"/> dolgočasen
4. <input type="checkbox"/> siten	<input type="checkbox"/> bojazljiv	<input type="checkbox"/> pozabljiv	<input type="checkbox"/> prostodušen
5. <input type="checkbox"/> nepotrpežljiv	<input type="checkbox"/> negotov	<input type="checkbox"/> neodločen	<input type="checkbox"/> prekinja
6. <input type="checkbox"/> nepriljubljen	<input type="checkbox"/> nevpleten	<input type="checkbox"/> nepredvidljiv	<input type="checkbox"/> brezčuten
7. <input type="checkbox"/> trmoglav	<input type="checkbox"/> slučajen	<input type="checkbox"/> zahteven	<input type="checkbox"/> omahljiv
8. <input type="checkbox"/> običajen	<input type="checkbox"/> pesimističen	<input type="checkbox"/> ponosen	<input type="checkbox"/> popustljiv
9. <input type="checkbox"/> jezljiv	<input type="checkbox"/> brezciljen	<input type="checkbox"/> prepirljiv	<input type="checkbox"/> odtujen
10. <input type="checkbox"/> naiven	<input type="checkbox"/> negativno naravnan	<input type="checkbox"/> živčen	<input type="checkbox"/> malomaren
11. <input type="checkbox"/> zaskrbljen	<input type="checkbox"/> samotni	<input type="checkbox"/> deloholik	<input type="checkbox"/> lasti si zasluge
12. <input type="checkbox"/> preobčutljiv	<input type="checkbox"/> neolikan	<input type="checkbox"/> sramežljiv	<input type="checkbox"/> zgovoren
13. <input type="checkbox"/> dvomeč	<input type="checkbox"/> zmeden	<input type="checkbox"/> ukazovalen	<input type="checkbox"/> potrtn
14. <input type="checkbox"/> nedosleden	<input type="checkbox"/> introvertiran	<input type="checkbox"/> nestrpen do drugih	<input type="checkbox"/> brezbrizen
15. <input type="checkbox"/> zanemarjen	<input type="checkbox"/> muhast	<input type="checkbox"/> mrmra	<input type="checkbox"/> manipulatorski
16. <input type="checkbox"/> počasen	<input type="checkbox"/> trmast	<input type="checkbox"/> bahav	<input type="checkbox"/> skeptičen
17. <input type="checkbox"/> samotar	<input type="checkbox"/> gospodovalen	<input type="checkbox"/> len	<input type="checkbox"/> glasen
18. <input type="checkbox"/> okleva	<input type="checkbox"/> sumničav	<input type="checkbox"/> nagle jeze	<input type="checkbox"/> raztresen
19. <input type="checkbox"/> maščevalen	<input type="checkbox"/> nemiren	<input type="checkbox"/> nevoljen	<input type="checkbox"/> zaletav
20. <input type="checkbox"/> spravljiv	<input type="checkbox"/> kritičen	<input type="checkbox"/> premeten	<input type="checkbox"/> spremenljiv

Osebnostna točkovna tabela

Zdaj pa vse svoje X prenesite k ustreznim besedam v točkovni tabeli in seštejte skupno število točk. Če ste denimo na prerezu vaše osebnosti označili Živahen, tudi na točkovni tabeli označite isto besedo. (Opomba: Vrstni red besed v prerezu in na tabeli se razlikujeta.)

Moči

priljubljeni sangvinik	močni kolerik	popolni melanholik	mirni flegmatik
1. <input type="checkbox"/> živahen	<input type="checkbox"/> pustolovski	<input type="checkbox"/> analitičen	<input type="checkbox"/> prilagodljiv
2. <input type="checkbox"/> igriv	<input type="checkbox"/> prepričljiv	<input type="checkbox"/> vztrajen	<input type="checkbox"/> miroljuben
3. <input type="checkbox"/> priljuden	<input type="checkbox"/> trdovraten	<input type="checkbox"/> požrtvovalen	<input type="checkbox"/> ubogljiv
4. <input type="checkbox"/> prepričevalen	<input type="checkbox"/> tekmovalen	<input type="checkbox"/> uvideven	<input type="checkbox"/> se nadzoruje
5. <input type="checkbox"/> osvežujoč	<input type="checkbox"/> iznajdljiv	<input type="checkbox"/> spoštljiv	<input type="checkbox"/> zadržan
6. <input type="checkbox"/> duhovit	<input type="checkbox"/> samozaupljiv	<input type="checkbox"/> dojemljiv	<input type="checkbox"/> zadovoljen
7. <input type="checkbox"/> zagovornik	<input type="checkbox"/> pozitiven	<input type="checkbox"/> načrtovalec	<input type="checkbox"/> potrpežljiv
8. <input type="checkbox"/> spontan	<input type="checkbox"/> zanesljiv	<input type="checkbox"/> načrten	<input type="checkbox"/> sramežljiv
9. <input type="checkbox"/> optimističen	<input type="checkbox"/> pošten	<input type="checkbox"/> urejen	<input type="checkbox"/> uslužen
10. <input type="checkbox"/> zabaven	<input type="checkbox"/> silovit	<input type="checkbox"/> predan	<input type="checkbox"/> prijazen
11. <input type="checkbox"/> veder	<input type="checkbox"/> tvega	<input type="checkbox"/> pedanten	<input type="checkbox"/> diplomatski
12. <input type="checkbox"/> vesel	<input type="checkbox"/> zaupljiv	<input type="checkbox"/> kulturn	<input type="checkbox"/> dosleden
13. <input type="checkbox"/> navdihujoč	<input type="checkbox"/> neodvisen	<input type="checkbox"/> idealističen	<input type="checkbox"/> nenapadalen

- | | | | |
|------------------------|------------------|--------------------|------------------|
| 14. ___ odkrit | ___ odločen | ___ globok | ___ ciničen |
| 15. ___ družaben | ___ povzročitelj | ___ muzikalen | ___ posredovalec |
| 16. ___ pripovedovalec | ___ žilav | ___ premišljen | ___ strpen |
| 17. ___ navdušen | ___ voditelj | ___ zvest | ___ poslušalec |
| 18. ___ prisrčen | ___ šef | ___ dela diagrame | ___ prilagodljiv |
| 19. ___ priljubljen | ___ produktiven | ___ perfekcionista | ___ prijeten |
| 20. ___ navdušen | ___ drzen | ___ spodoben | ___ uravnovešen |

Seštevek moči:

Šibkosti

- | priljubljeni
sangvinik | močni kolerik | popolni
melanholik | mirni
flegmatik |
|-----------------------------------|------------------------|-------------------------------|----------------------------|
| 1. ___ nesramen | ___ oblasten | ___ plah | ___ breizrazen |
| 2. ___ nediscipliniran | ___ nenaklonjen | ___ ne oprošča | ___ malodušen |
| 3. ___ dolgočasen | ___ uporen | ___ zamerljiv | ___ zadržan |
| 4. ___ pozabljen | ___ prostodušen | ___ siten | ___ bojazljiv |
| 5. ___ prekinja | ___ nepotrpežljiv | ___ negotov | ___ neodločen |
| 6. ___ nepredvidljiv | ___ brezčuten | ___ nepriljubljen | ___ nevpleten |
| 7. ___ slučajen | ___ trmoglav | ___ zahteven | ___ omahljiv |
| 8. ___ popustljiv | ___ ponosen | ___ pesimističen | ___ običajen |
| 9. ___ jezljiv | ___ prepirljiv | ___ odtujen | ___ brezciljen |
| 10. ___ naiven | ___ živčen | ___ negativno naravnani | ___ malomaren |
| 11. ___ lasti si zasluge | ___ zasvojen z delom | ___ samotni | ___ zaskrbljen |
| 12. ___ zgovoren | ___ neolikan | ___ preobčutljiv | ___ sramežljiv |
| 13. ___ zmeden | ___ ukazovalen | ___ potr | ___ dvomeč |
| 14. ___ nedosleden | ___ nestrpen do drugih | ___ introvertiran | ___ brezbrizen |
| 15. ___ zanemarljiv | ___ manipulatorski | ___ muhasti | ___ mrmra |
| 16. ___ bahav | ___ trmast | ___ skeptičen | ___ počasen |
| 17. ___ glasen | ___ gospodovalen | ___ samotar | ___ len |
| 18. ___ raztresen | ___ nagle jeze | ___ sumničav | ___ okleva |
| 19. ___ nemiren | ___ zaletav | ___ maščevalen | ___ nevoljen |
| 20. ___ spremenljiv | ___ premeten | ___ kritičen | ___ spravljen |

Seštevek šibkosti:

SEŠTEVEK SKUPAJ

priljubljeni sangvinik	močni kolerik	popolni melanholik	mirni flegmatik
___	___	___	___

ZVEZDNI TRENUTKI

Cilji:

Ta igra otrokom pomaga , da se začnejo zavedati , kaj jim pomeni sreča in kako srečni so bili , oziroma so v posameznih življenjskih obdobjih.

Udeleženci:

V skupini naj ne bo več kot 16 otrok

Čas:

Za igro potrebujemo približno 45 minut časa

Pripomočki

Papir in barvice

Navodila:

Želim, da bi se skupaj se skupaj šli igro , ki je v zvezi s srečo. Imenuje se »ZVEZDNI TRENUTKI«. Za vsakega sem pripravil papir in barvice. Vzemite si eno in drugo . List položite predse , tako, da je širša stran spodaj. Z navpičnima črtama ga razdelite na tri predele. Vsak predel ponazarja tretjino vašega dosedanjega življenja, in sicer , levi prvo tretjino , srednji drugo tretjino in desni zadnjo tretjino. Sedaj se spomnite po enega najbolj srečnega doživljaja iz vsake tretjine svojega življenja in jih narišite ali napišite v ustrezne predele. Izbirajte take barve , ki najbolj ustrezajo doživetju. Za risanje imate na voljo 10 minut časa.

Na risbo napišite današnji datum in svoje ime. Potem pustite risbo na njenem mestu, sami pa si oglejte risbe ostalih risarjev, se pogovarjate z njimi jih sprašujete o njihovih risbah...

Točke za obravnavo:

Po čem vem, da sem srečen ?

Kako se takrat počuti moje telo?

Kdaj sem se pri tej igri najboljše počutil in kdaj sem se počutil bolj slabo?

Kako se počutim sedaj?

Ali sem se naučil o sebi kaj novega?

Ali sem zvedel o drugih kaj novega?

Ali se zlahka spomnim srečnih dogodkov?

Ali sem bil ob teh srečnih dogodkih sam ali skupaj z drugimi ljudmi?

Kateri ljudje so bili zraven?

Kdo med ljudmi, ki jih poznam je najbolj srečen?

Kdo med ljudmi, ki jih poznam je najbolj nesrečen?

Je moje življenje na splošno bolj srečno ali nesrečno?

Kaj lahko storim, da bi bilo moje življenje danes bolj srečno?

Kako srečen sem v tej skupini?

Evalvacija:

Pri tej igri si udeleženci zavestno oblikujejo perspektivo sreče. Z otroki se temeljito pogovorimo o tem, da se zvezdnatih trenutkov ne da zaslužiti niti načrtovati. Vse, kar človek zanje stori je, da jih sprejme z odprtimi rokami.

JAZ TUDI

Cilji:

Veliko je stvari, ki nas ločujejo in povezujejo. Socialna igra »Jaz tudi« si prizadeva pokazati na razlike in podobnosti, ki jih ima posamezni učenec s sošolci in na ta način lajšati spoznavanje tako sebe, kot članovrazredne skupnosti.

Potek:

Vaja predvidoma traja okrog 30 minut, priporočena velikost skupine je okoli 10 učencev. Če je v razredu učencev več, se sestavi več skupin po deset igralcev, vendar za to potrebujemo tudi več prostora. Igro se lahko, če prostora ni dovolj, izvede večkrat zapored. Med potekom ostali učenci igro opazujejo in kot stranski opazovalci po koncu igre podajo svoje mnenje. Za izpeljavo vaje potrebujemo dovolj stolov za vse udeležence. Igralci lahko med igro sedijo tudi na tleh, vendar je to manj udobno. Učenci naj sedijo v krogu na stolih. Spomnijo naj se kakšnega osebnega podatka ali značilnosti, za katero menijo, da jih dela drugačne od sošolcev. Učitelj določi nekoga, da začne. Vsak naj glasno pove neko svojo značilnost, na primer: »Všeč mi je klasična glasba« ali posebnost »Že trikrat sem se peljal z letalom«. Če v skupini ni nikogar drugega, ki bi mu bila všeč klasična glasba ali se je trikrat peljal z letalom, je navrsti naslednji. Če je v skupini še kdo, ki z učencem deli omenjeno posebnost, mora skočiti pokonci, zavpiti »Jaz tudi!« in sešesti prvemu igralcu na kolena. Če je v skupini več takih, naj sedajo drug drugemu na kolena; čisto spodaj je seveda tisti, ki je prvizaklical, da se je trikrat peljal z letalom. Nato se vsi vrnejo na svoja mesta, prvi igralec pa si mora izmisliti novo lastnost, ki velja le zanj. Ko najde lastnost, ki jo ima samo on, je na vrsti naslednja oseba v krogu. Prvi krog je zaključen, ko vsak pove nekaj, po čemer se razlikuje od drugih. Sledi lahko drugi krog. Učitelj razloži, da v tem krogu iščemo značilnosti, ki sovssem skupne. En stol odstranimo, igralec, ki igro začne, pa naj se postavi na sredo kroga. Izmisliti si mora nekaj, kar naj bi imel skupnega z drugimi v skupini, na primer: »Rad imam filme.« Vsi, ki to lastnost delijo z njim, morajo vstati, stopiti do igralca v sredini kroga in zavpiti »Jaz tudi« nato pa steči doprvega prostega stola. Tudi igralec, ki je na sredini kroga, poskuša najtiprost stol, na sredini pa ostane nov igralec, ki je na vrsti, da poišče novolastnost, ki je vsem skupna.

Evalvacija:

Po končani igri se z učenci pogovorimo o igri in njihovih občutkih, potem pa udeležence med drugim vprašamo: »Je bilo lažje najti stvari, po katerih se od drugih razlikujemo, ali stvari, kijih z drugimi delimo?«; »Kdaj si v vsakdanjem življenju želimo oziroma cenimo občutek, da smo enkratno oziroma drugačni, in kdaj si želimo biti podobni drugim?«; razmislimo o lastnostih, ki so jih izbrali: »Te tisto, kar te je ločevalo od članovte skupini, morda povezuje z ljudmi v drugih skupinah?«; »So stvari, ki so vam bile vsem skupne, skupne tudi vsem drugim ljudemna svetu?«; če igralci prevečkrat omenjajo telesne značilnosti, jih vprašamo: »Kaj pomeni dejstvo, da imamo vsi oči, srce ali želodec?« Itd.

»PREDSTAVI SE«

Cilj:

Cilj vaje je osebna predstavitev na način, kot ga nismo navajeni. Namen je, da se sprostimo ter si lažje zapomnimo imena drug drugega.

Potek:

Namesto klasične predstavitve skupine po imenu, poklicu ali zanimanjih, se skupina predstavi na način, da za vsak akronim v svojem imenu izbere ustrezno besedo, ki ga opisuje in razložili, zakaj je to izbral.

npr.; predstavitev imena MARJA:

- M-modra barva (moja najljubša barva),
- A-ananas (najljubši sadež),
- R- radovednost (v pozitivni smeri, zanima me ogromno stvari),
- J- Jadran (obožujem poletje, morje in vse, kar je s tem povezano),
- A- analiza (analiziram dogodke).

Pripomočki: list, pisalo

Evalvacija:

Vprašanja:

- Se poznate že od prej?
- Kako ste se počutili?
- Ste o kom izvedeli kaj novega?
- Vam je težko govoriti o sebi?
- Zakaj?

ČE BI BIL/-A...**Cilji:**

Posameznik razmišlja o sebi kot o izdelku, ki ga mora dobro tržiti. Tako mora prepoznati svoje najboljše lastnosti in prednosti ter jih predstaviti.

Potek:

Članom skupine razdelimo delovni list z naslednjo vsebino in jim damo nekaj minut, da ga samostojno rešijo.

Včasih si je zabavno predstavljati nemogoče stvari ali dogodke. Predstavlja si, da si na primer avto ali igrača. Odloči se, kaj bi bil/a raje in se ravnaj po naslednjih navodilih.

Želel/a bi biti _____, ker _____.

Lahko rečem, da sem drugače/na od drugih, ker _____.

Če bi bil/a na prodaj v trgovini, bi me izbrali _____.

Na drugi list papirja napiši pripoved o tem, kar bi se zgodilo, če bi te nekdo kupil in opiši dogodivščine, ki bi jih doživel/a.

Evalvacija:

Posamezniki v skupini predstavijo po želji svoje izdelke, tako vsem pokažejo svoje pozitivne lastnosti, pokažejo se v dobri luči in se nekako pohvalijo pred skupino. Na začetku je to lahko neprijetno, ravno zato o sebi govorijo kot o izdelku. Na koncu preverimo, kako so se počutili.

KDO JE BIL TO?

Cilji:

Učenci slišijo celo vrsto porazov, s katerimi se je morala soočiti znana oseba iz zgodovine. Videli bodo, kako pomembno je, da verjamejo vase, ne glede na neuspehe, ki jih doživimo. In kako velike stvari se nam lahko zgodijo, če smo le dovolj vztrajni.

Potek :

Poskusimo uganiti kdo je bil to:

- Ta človek je pri 22 letih propadel v poslu.
- Pri 23 je kandidiral za mesto v parlament in mu ni uspelo.
- Pri 25 je ponovno propadel v poslu.
- Pri 27 je doživel živčni zlom.
- Pri 34 se mu ni uspelo uvrstiti v kongres.
- Pri 37 je bil izvoljen v kongres.
- Pri 39 je bil ponovno kandidat za kongres, a tokrat ni bil izvoljen.
- Pri 46 je izgubil na volitvah za senatorja.
- Pri 47 je bil kandidat za podpredsednika in bil poražen.
- Pri 49 ni bil izvoljen v senat.
- Končno mu je uspelo pri 51, ko je bil izvoljen za ameriškega predsednika in odigral pomembno vlogo pri odpravi suženjskega sistema v ZDA.
- Danes je ena pomembnejših zgodovinskih osebnosti in eden pomembnejših predsednikov ZDA.

Zaključek vaje:

Katera njegova lastnost je najbolj izrazito prikazana v teh navedbah? (zaupanje vase, vztrajnost)

Mislite, da ga je kdaj prevzelo malodušje in bi najraje vse skupaj pustil in počel kaj drugega? (skoraj zagotovo. A se je po vsakem porazu pobral, postal močnejši in vedno znova poskušal dokler mu ni uspelo) (Vtič, 2004;59).

TORTA ŽIVLJENJA

Cilji:

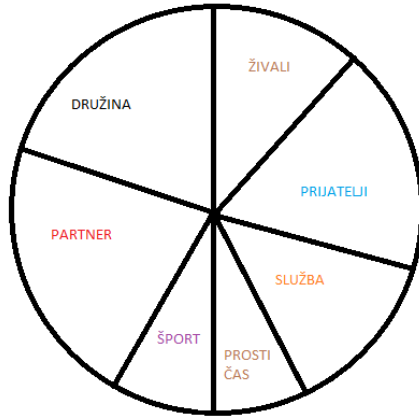
Razmišljati o sebi, spoznati in ovrednotiti kaj ti je v življenju pomembno, se zavedati, da imamo v življenju stvari, ki so nam pomembne in jih cenimo.

Potek:

Vsak udeleženec na list papirja nariše krog in ga poljubno razdeli na različno velike dele, glede na to kaj je v njegovem življenju zanj pomembno. V vsak del napiše stvar, ki mu je v življenju pomembna (družina, partner, šola, služba, prosti čas, prijatelji, nakupi, ples, živali itd.). Za stvari, ki so zanj pomembnejše bo narisal večji del oz. kos.

Variacije:

V krog napiši svoje vrednote, svoje potrebe, svoje pozitivne osebnostne lastnosti, negativne osebnostne lastnosti, jedi, ki jih imaš rad, itd.



PREDMETI

Cilj:

Urjenje pozornosti

Čas:

15-20 min

Material:

Različni vsakdanji predmeti, papir svinčniki

Potek:

Položi na mizo 10 do 15 manjših predmetov (npr: vilice, žlica, nogavica, kapa, bonbon...). Učenci v vrsti stopajo mimo mize in si jih poskušajo čim več zapomniti. Potem sedejo v krog, vodja pa umakne predmete z mize. Otroci naj poskušajo zapisati čim več predmetov. Nato vodja pokaže predmete, ki si jih skupaj oglejte.

Razgovor:

- Katere si je bilo najlažje zapomniti in katere najtežje?
- Koliko predmetov si je kdo zapomnil?
- Kako ste si pomagali, da ste si zapomnili čim več predmetov?
- Kako si pomagata, da si zapomnita določeno snov šoli?

Izkušnje: Igra je lahko tudi odlično izhodišče za razgovor o metodah in tehnikah učenja. Vsakega posameznika lahko povprašate, kako se doma uči, kdaj se uči in vse te odgovore naj učenci sami primerjajo in ugotavljajo, kako se uči tisti, ki ima v šoli dobre ocene in kako tisti, ki ima slabše ocene.

Za konec lahko sami poveste, kako ste se učili vi, ko ste še hodili v šolo. Poskušajte se predstaviti v pozitivni luči in povedati učinkovite metode učenja (Levec, 2002).

JAZ V OGLEDALU

Cilj:

Iskanje pozitivnih lastnosti v ljudje in razvijanje samopodobe

Navodilo:

- vsak dobi prazen list in naj čez celo stran nariše ogledalo; nekje na listu zapiše svoje ime,
- potem ogledalo predamo svojemu levemu sosedu, ta napiše nanj eno lepo lastnost tistega, katerega ime je na listu,
- ogledalo potem kroži, tako da vsak v skupini zapiše po eno lepo lastnost za vse ostale člane,
- na koncu vsak dobi nazaj svoje ogledalo, na katerem najde mnoge kvalitete, ki jih drugi vidijo na njem.

Zaključek vaje:

- Kaj je bil po vašem mnenju namen te vaje?
- Kako ste se počutili, ko ste pisali vsa ta lepa sporočila?
- Kako se počutite sedaj, ko ste o sebi prebrali vse te lepe stvari?
- Ali pogosteje izrečete kritiko ali pohvalo? (Vtič 2006, 61)

K tej vaji bi še dodalo igro »čarobna škatlica«, cilj igre je, da dobimo lepo sporočilo o tem, kako pomembni in dragoceni smo.

MOJE IME

Cilj:

Cilj te vaje je izražanje svojega imena skozi ustvarjalni gib in glas. Z ustvarjalnim gibom oziroma gibalno-plesno dejavnostjo lahko učence lažje motiviramo za različne učne vsebine, jih sprostimo in prispevamo k njihovem samozavedanju. Učenci lahko s to vajoozavestijo na kakšen način se izražajo, kaj jim to pomeni in kako se pri izražanju počutijo. Ozavestijo svoje občutke glede samega sebe - kako dojemajo sami sebe in kako mislijo, da jih dojemajo drugi ljudje. Cilj spretnosti je večanje občutka lastne identitete in s tem spodbujanje samozavesti.

Potek:

Učenci pri tej vaji delajo plesno koreografijo na svoje ime. Najprej si predstavljajo, da imajo lastni plesni studio, z veliko plesno dvorano. V tej dvorani sedaj sestavijo svojo koreografijo. Učenci si najprej izberejo svoje ime ali nadimek po katerem jih ljudje pogosto kličejo. Ob izgovarjanju svojega imena sestavijo zaporedje gibov telesa. Če ime fonetično »razvlečejo« (npr. Piiiiiiiiaaaaa) ali skujejo iz zlogov (npr. Sa-bi-na) lahko naredijo na vsak zlog svoj gib, lahko pa je vse skupaj le en gib in ena beseda (npr. Sabina). Kakšen gib naredijo je njihova izbira. Učitelj jim pomaga tako, da kot primer pokaže nekaj načinov gibanja in izgovarjanja imena. Pri sestavljanju koreografije je pomembno, da učenci gibanje začutijo, kot sebi lastno, torej da gib izraža to, kdo so ali to, kako se počutijo, ob izgovarjanju svojega imenu. Pomembno je tudi, da vsakič, ko naredijo gib, izgovorijo svoje ime. Učenci imajo okoli 10 minut časa, da na svoje ime ustvarijo ples.

Ko naredi vsak svojo kratko plesno koreografijo, se vsi zberejo v krogu. En za drugim vsak učenec ob izgovarjanju svojega imena 3x zapleše svoj ples. Ko vsi zaplešejo, jih lahko učitelj izpraša, kako se počutijo.

Nato učitelj razdeli učence v manjše skupine (6-8). Znotraj skupin zopet en za drugim vsak učenec ob izgovarjanju svojega imena 3x zapleše svoj ples. Ko ga zapleše zadnji, je zopet na vrsti prvi. Zaporedno plesanje koreografij traja toliko časa, da pride vsak učenec okoli 5 x na vrsto.

Evalvacija:

Na koncu vaje se učitelj z učenci pogovori o njihovih občutkih pri izvajanju vaje. Vsak učenec pove le tisto, kar želi deliti z drugimi. Njihova izbira je kaj povejo in kako povejo. S pogovorom lahko vsak zase ugotovijo, zakaj so naredili posamezne gibe in kako so se pri tem počutili. Učitelj lahko spodbudi razmišljanje z vprašanji: »Zakaj ste naredili tak gib? Kako ste se počutili pri izvajanju giba? Ali ste med večkratnim ponavljanjem koreografije kaj spremenili svoj ples?«

Vaja se uporablja tudi v plesno-gibalni terapiji in jo lahko delamo različno poglobljeno. Lahko gre za odkrivanje globljih občutkov, zato je potrebna pri evalvaciji previdnost. Osnovni namen evalvacije je v našem primeru v učencu sprožiti razmišljanja o njegovi identiteti in v njih sprožiti pozitivne občutke.

KAJ DELA MENE MENE?

Cilji:

Namen igre je spoznavati sebe, svoje lastnosti in lastnosti drugih. Udeleženci odkrivajo kdo in kaj so, odkrivajo svojo identiteto. Poznati sebe in svojo identiteto je pomembno pri interakciji z drugimi. Če hočemo imeti dobre odnose z drugimi, moramo vzpostaviti najprej dober odnos s samim seboj. Pomembno je, da imamo neko gotovost o sebi, da lahko do drugih pristopimo pozitivno in brez strahu. Cilj te igre je na prvem mestu razmisliti o sebi in o drugih, pa tudi o odnosih, ki jih lahko razvijemo na podlagi povedanega in slišanege.

Potek:

Vsak dobi list papirja in pisalo. Na list narišemo šest krogov z istim središčem, vsak krog je za 1 cm večji od prejšnjega. V najmanjši krogec na sredini vpišemo JAZ, v vsak večji krog pa po eno svojo lastnost. Vpišemo tiste lastnosti, ki nas delajo NAS in brez njih ne bi bili MI. Vprašanje je torej, katere so tiste najpomembnejše lastnosti, ki oblikujejo našo identiteto.

Sodelujoče prosimo, da svoje lastnosti (lahko tako pozitivne kot negativne) napišejo v tišini, brez debatiranja. Na razpolago imajo osem minut, tako da imajo dovolj časa, da resnično premislijo, katere so tiste lastnosti, ki jih označujejo. Ko imajo vsi napisane lastnosti, se razporedijo v pare (lahko kar s sosedom) in v paru predebatirajo lastnosti in povejo, kako se te odražajo v njihovem delovanju, ali so z njimi zadovoljni, kako bi jih spremenili ipd. Kako to, da so izbrali ravno teh pet lastnosti, ki so jih napisali?

Za konec sodelujoči še ostalim zaupajo vsaj eno, lahko pa tudi več lastnosti in jih nekoliko obrazložijo.

Evalvacija:

V fazi evalvacije se razvije debata o odnosih in naši percepciji drugačnosti. Vprašanja, ki jih vodja lahko postavi:

Kako sprejemamo lastnosti drugega človeka, ki so drugačne od naših?

Kako doživljamo drugačnost in kaj lahko naredimo z drugačnostjo?

Kako lahko preidemo ovire v nekem odnosu?

Kako smo pridobili naše lastnosti? Kako in koliko vplivajo mnenja drugih o nas na nas?

Kaj bi bilo, če bi kako napisano lastnost odvzeli? Kaj pa če bi odvzeli vse? Kdo bi potem bili? Kako nas vidijo drugi?
Ali in kakšno povratno informacijo smo dobili od partnerja, s katerim smo delali vajo, lahko tudi neverbalno?

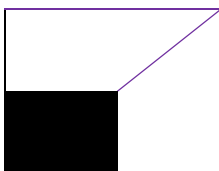
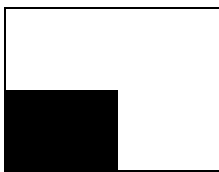
KVADRATEK

Cilj:

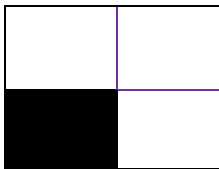
Samostojno delo, sposobnost delovanja in razmišljanja izven svojih okvirov, sposobnost logičnega razmišljanja, koncentracija.

Potek :

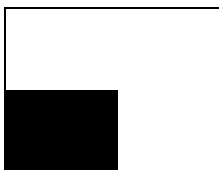
Na tablo narišemo kvadrat, ki je na eno četrtno zapolnjen. Ostale tri četrtine so naša delovna površina. Od sodelujočih zahtevamo da nepobarvani del kvadrata razdelijo na dva enaka dela.



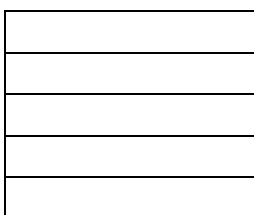
Pri naslednji stopnji naj nepobarvani del kvadrata razdelijo na tri enake dele:



Pri naslednji stopnji naj nepobarvani del kvadrata razdelijo na 4 enake dele:



Pri naslednji stopnji naj cel, prazen kvadrat razdelijo na 5 enakih delov:



Evalvacija:

Preklop med zahtevno tretjo stopnjo, ko je potrebno narisati 4 enake dele in zelo enostavno četrto stopnjo, ko je potrebno kvadrat razdeliti na 5 enakih delov je izjemno težak. Preklapljanje in delovanje izven okvirov lahko veliko doprinese tudi na področju socialnih interakcij med ljudmi, npr. pri razvijanju tolerantnosti, da lahko posameznik prestopi svojo mejo sprejemanja sočloveka (npr. rasna tolerantnost ali podobno).

KAKŠNA JE MOJA SAMOPODOBA

Cilji:

- Spoznavanje svoje samopodobe, prepoznavanje svojih močnejših in šibkejših področij

Navodilo:

- Potrebno je rešiti vprašalnik »Kakšna je moja samopodoba?«
- Prebrati je potrebno vsako od naslednjih trditev in obkrožiti z DA, če le-ta zate drži, ali NE, če ne drži. Ni pravih ali nepravilnih odgovorov, za nalogo le bolje spoznaš samega sebe.
- Potrebno je biti iskren, s tem spoznaš marsikaj zanimivega.

Vprašalnik:

FIZIČNA VARNOST:

- | | | |
|---------------------------------------------------------------------|----|----|
| a) Rad imam svoj dom. V njem se počutim varnega. | DA | NE |
| b) Starši me vzgajajo v duhu nenasilja, pravičnosti in spoštovanja. | DA | NE |
| c) V okolici in na poti do šole se ne bojim nikogar. | DA | NE |
| d) V šoli imam občutek, da sem varen, da me nihče ne ogroža | DA | NE |

ČUSTVENA VARNOST:

- | | | |
|---------------------------------------------------------------------------|----|----|
| a) Verjamem vase in zaupam si. | DA | NE |
| b) Lahko govorim o sebi, o svojih težavah, o svojih čustvih. | DA | NE |
| c) Napak ne jemljem tragično – verjamem, da se iz njih učim. | DA | NE |
| d) Ko naredim kaj dobro, sem zadovoljen in ponosen nase. | DA | NE |
| e) Vem, da ne morem vsega opraviti popolno. | DA | NE |
| f) Znam se spopasti s stresom. | DA | NE |
| g) Sem optimistične narave – verjamem, da se mi bodo zgodile lepe stvari. | DA | NE |
| h) Nerad govorim slabo o drugih ljudeh. | DA | NE |
| i) Nikoli se namerno ne norčujem iz drugih ljudi. | DA | NE |

IDENTITETA – KDO SEM?

- | | | |
|----------------------------------------------------------------------|----|----|
| a) Dobro se počutim v svoji koži. | DA | NE |
| b) Všeč mi je moja zunanost. | DA | NE |
| c) Všeč mi je moja osebnost. | DA | NE |
| d) Srečen sem. | DA | NE |
| e) Le redko si želim, da bi bil nekdo drug. | DA | NE |
| f) Ko me kdo pohvali ali mi izreče kompliment, se preprosto zahvalim | DA | NE |
| g) Zavedam se svojih kvalit. Vem kje sem najmočnejši. | DA | NE |

PRIPADNOST, ODTUJENOST

- | | | |
|----------------------------------------------------------------------------|----|----|
| a) Imam vsaj enega dobrega prijatelja. | DA | NE |
| b) Če potrebujem pomoč, se vedno najde kdo, ki mi je pripravljen pomagati. | DA | NE |
| c) Ljudje vedo, da se lahko zanesejo name, ko kaj obljubim. | DA | NE |

- | | | |
|--------------------------------------------------------------|----|----|
| d) Vesel sem, ko moji prijatelji doživijo kaj lepega. | DA | NE |
| e) Ne počutim se ofroženega, tudi, če se kdo norčuje iz mene | DA | NE |
| f) Vrstniki se radi družijo z mano. | DA | NE |

KOMPETENTNOST – VEM DA ZMOREM

- | | | |
|------------------------------------------------------------------------|----|----|
| a) Prepričan sem, da človek uspe, če si postavi cilj in se zares potru | DA | NE |
| b) Znam si razporediti čas. | DA | NE |
| c) Sem dovolj sposoben, da bom dosegel, kar si želim. | DA | NE |
| d) Druge prosim za pomoč, ko jo potrebujem. | DA | NE |
| e) Svoje probleme rešujem postopoma. | DA | NE |
| f) Sposoben sem se pravilno odločati. | DA | NE |

POSLANSTVO, SMISEL

- | | | |
|---------------------------------------------------------------------------|----|----|
| a) Moje življenje ima smisel, imam cilje, ki jih bom dosegel. | DA | NE |
| b) Od mene je odvisno, če bom uspel ali ne. | DA | NE |
| c) Vem, kaj hočem doseči v življenju. | DA | NE |
| d) Zadovoljen sem s svojim sedanjim življenjem in veselim se prihodnosti. | DA | NE |
| e) Zanima me veliko stvari. | DA | NE |

Zaključek vaje:

- **Kaj je bil po vašem mnenju namen te vaje?**
- **Razloži trditev: ovire so naše največje priložnosti.**
- **Seveda se stvari ne dogajajo same od sebe. Kaj moraš storiti, da uspeš?**
- **Kaj počneš z napako, ki jo opaziš na sebi (Se smiliš samemu sebi, se obtožuješ, imaš občutek manjvrednosti – ali skušaš stvar rešiti?)**
 - Skozi to vajo spoznaš, kakšna je tvoja samopodoba – kaj misliš o sebi, o drugih, koliko verjameš vase, koliko v druge, koliko se sploh spoznaš.
 - Na področju, kjer prevladujejo pozitivni odgovori, si močan. To je področje, kjer je tvoja samopodoba dobra. Seveda je normalno, da nismo močni na vseh področjih.
 - Polja z več negativnimi odgovori predstavljajo področja, kjer je učenec šibek. In kaj zdaj? Učencem je potrebno razložiti, da so ravno ta naša »siva polja« prostor, kjer lahko najbolj napredujemo. Ravno to, kar nas najbolj muči in boli, nas bo potiskalo naprej – k premagovanju samega sebe, k prestopanju svojih meja. In to je to, kar se danes imenuje osebna rast.

Ta vaja ima dober cilj in sicer, da ugotovimo na kašni poti smo in ali osebno rastemo. Torej je pomemben ključ do uspeha na vseh življenjskih področjih dobra samopodoba in samozaupanje. Če si otroci zaupajo in verjamejo svojim sposobnostim in zmožnostim, so se bolj pripravljeni spoprijeti tudi z zahtevnimi situacijami, jih obvladati in razreševati.

KAKŠEN BI RAD BIL ČEZ LETO DNI

Ciljna skupina:

Mladostniki od 15 let naprej in odrasli

Cilj:

- Udeležencem se skozi sprostitev približa podoba o tem, kakšni bi radi bili

- Globlje spoznajo, kaj jim je pomembno

Potek in izvedba :

Vajo lahko izvedete v prostoru ali nekje v naravi. Če ste v prostoru (npr. učilnica), naj igra v ozadju nežna instrumentalna glasba.

Besedilo beremo (ali povemo) počasi in z občutkom.

»Udobno se usedi, zapri oči. Skušaj sprazniti um. Odpodi misli na faks, službo, prijatelje, družino, ...

Umiri se, dihaj počasi in globoko.

Predstavljaš si, da si nekje zunaj, počasi stopaš po prašni makadamski cesti, nikamor se ti ne mudi. Od daleč zagledaš nekoga, ki prihaja proti tebi. Sprva ga ne prepoznaš. Potem se ti zdi nekako znan. Vedno bolj se ti bliža. Nenadoma se zaveš, kdo je to. To si ti. Pa ne ti, kakršen si danes, ampak ti, kakršen bi želel biti čez eno leto.

Zamisli se.

Kaj si naredil iz svojega življenja v minulem letu?

Kako se počutiš v sebi?

Kakšen si videti?

Katere lastnosti imaš?

(Ne pozabi, to si ti, kakršen bi rad bil čez eno leto.)

Zdaj ga vidiš, že čisto od blizu. Prijazen je in smehlja se ti.

Zavedaš se, da je resničen. Zavedaš se, da je na tebi, da ga oblikuješ.

Zdaj se lahko počasi vrneš v resničnost in počasi odpreš oči..

Zaključek in evalvacija:

Udeležencem se postavijo naslednja vprašanja:

- Kako vam je šlo?
- Kaj ste videli na sebi?
- Kako ste se počutili? Kako ste izgledali? Katere lastnosti ste videli na sebi?
- Ste bili zelo drugačni, kot ste danes?
- Verjamete, da vam lahko uspe?

Ko udeleženci povedo svoje odgovore, povzemi njihova razmišljanja. Spomnimo jih, da so sami tisti, ki morajo usmerjati svojo usodo, drugače jim jo bodo drugi.

KAKO SOCIALNO AKTIVNI SMO

Cilj:

Ugotavljanje moči in potreb po socialnih odnosih

Pripomočki:

Kopije vprašalnika na naslednji strani

Velikost skupine:

5-20 udeležencev

Namen:

Namen igre je ugotoviti moč posameznikove potrebe po socialnih odnosih

Potek:

Razložimo namen aktivnosti. Razdelimo pripomočke med udeležence in jih poprosimo, da označijo pravilen odgovor pri vsaki od navedenih trditev. Nato jih poprosimo, da ovrednotijo vsak posamezen odgovor s številom, in sicer: 2 za odgovor vedno, 1 za odgovor včasih in 0 za odgovor nikoli. Nato razložimo, kaj posamezni seštevki pomenijo.

Evalvacija (vprašanja za diskusijo):

- a.) Pri kateri sekciji ste označili največkrat odgovor »vedno«? Pri socialnih aktivnostih, socialnih spretnostih ali koristih od socialnih odnosov?
- b.) Kaj ste izvedeli o sebi iz te aktivnosti?
- c.) Zakaj je pomembno sodelovati v socialnih aktivnostih?
- d.) Kakšne so posledice izoliranosti od ostalih ljudi?
- e.) Nihče ni popoln. Katere socialne aktivnosti ali spretnosti bi lahko izboljšali?

Priloga:

Navodilo: S križcem označi pravilen odgovor

SOCIALNE AKTIVNOSTI	VEDNO	VČASIH	NIKOLI
Grem na kosilo s prijatelji			
Udeležujem se izobraževanj, tečajev			
Včlanjujem se v društva, organizacije, klube			
Delam kot prostovoljec			
Preživljam čas z družino			
Pogovarjam se po telefonu ali pišem pisma, e-mail			
Čas preživljam s prijatelji			
Včlanjen sem v športna društva, fitnes klub			
Hodim na zabave			
Aktivno uporabljam družbena omrežja			
SEŠTEVEK:			
SOCIALNE SPRETNOSTI			
Sem prijazen			
O drugih govorim lepo			
Smejem se			
Sem dober poslušalec			
Ne skačem v besedo			
Ljudem dam vedeti, da jih imam rad			
Sem odkrit			
Dobro se razumem z ljudmi			
Pripravljen sem pomagati			
Razmišljam o počutju drugih			
SEŠTEVEK:			

KORISTI OD SOCIALNIH ODNOSOV			
Ljudje so mi pripravljene pomagati			
Imam prijatelje, s katerimi se družim			
V svoji koži se počutim dobro			
Čutim da pripadam			
Zaupam prijateljem			
Zaupam vase			
Čutim da me ima družina rada			
Počutim se zdrav			
Skrbim zase			
Prejemam komplimente			
SEŠTEVEK:			
SKUPNI SEŠTEVEK			

Vrednotenje: 2 točki za »vedno«, 1 točka za »včasih«, 0 točk za »nikoli«

Razlaga rezultatov:

- a.) Pod 12 točk – zelo nizka stopnja socialnih odnosov, izoliranost
- b.) 12 - 23 točk – podpovprečna stopnja socialnih odnosov
- c.) 24 – 35 točk – uravnotežena stopnja socialnih odnosov
- d.) 36 – 47 točk – nadpovprečna stopnja socialnih odnosov
- e.) 48 – 60 točk – visoka stopnja socialnih odnosov

IGRA SRAMU

Cilji:

- razprava o situacijah , v katerih se pojavi sram,
- pojasnimo razliko med sramom in krivdo,
- v varnem okolju raziščemo situacijo, ki povzroči sram,
- raziščemo svoje lastne izkušnje sramu.

Pripomočki:

- Ovojnica za vsakega člana skupine
- Sponka za papir v vsaki ovojnici

Metoda:

Vodja namenoma sproži čustveno reakcijo (anksioznost). Reakcija se potem razišče skozi skupinsko razpravo.

Potek in izvedba:

Na sredino skupinskega kroga postavimo prazen stol. Razložimo jim, da bo en član skupine skupine izbran in bo sedel na tem praznem stolu. Ta oseba bo odgovarjala na vrsto vprašanj, ki jih bo predhodno pripravil vodja. Vprašanja bodo težka in precej osebna. Tudi člani skupine bodo imeli možnost osebi na sredini zastaviti vprašanja. (Zavrnite kakršnokoli dodatno razlago). Naznanite, da bo oseba, ki bo sedela v središču, izbrana po naključju. Vsak član bo dobil ovojnico. Povemo, da so vse ovojnice prazne, razen ene, ki vsebuje sponko za papir. Tisti, ki bo dobil ovojnico s sponko za papir, bo sedel v središču kroga.

Razdelimo ovojnice. V resnici je v vsaki sponka za papir, zato vsak član misli, da je ravno on izbran. To naj bi pri vseh povzročilo nekaj anksioznosti.

Med deljenjem ovojnic jih člani ne smejo odpirati, dokler vsak ne dobi svoje. Potem jim rečemo, naj odprejo svojo ovojnico, vendar naj ne povedo, ali je v njej sponka. Počakamo, da vsi člani v svoji ovojnici odkrijejo sponko. Ko to opravijo jim povemo da vse ovojnice vsebujejo sponko.

Zaključek in evalvacija:

Udeležencem postavimo vprašanja:

- Kako ste se počutili, ko ste odkrili sponko za papir?
- Pomislite na kakšen drug dogodek, ko ste imeli podoben občutek.
- Ali ste opazili telesne znake anksioznosti (razbijanje srca, potne dlani, cmok v grlu)?
- Zakaj mislite da ste imeli takšen občutek? Običajen odgovor : „Vsi bodo strmeli vame“, „Rekel bom napačno stvar in se bom počutil neumnega“, „Ne maram biti v središču pozornosti ker mi je nerodno“.

Vaja bi morala zbuditi čustvo, ki se ga da procesirati v razpravi. Ta aktivnost je lahko del procesa zdravljenja mladostnikov, ki so polni sramu.

Socialne spretnosti pri pouku na ravni odnosov

IZ DVOJIC V ŠTIRICE (Ginnis, 2004; Lipičnik – Vodopivec, 2010)

Ta vaja spodbuja sodelovanje, govorjenje in poslušanje ter spretnosti razpravljanja in sprejemanja odločitev. Obenem nudi možnost predstavljanja in zagovarjanja lastnega mnenja, sklepanja kompromisov in s tem prevzemanja odgovornosti. Omenjeno predstavlja osnovne veščine, ki so potrebne za uspešno vključevanje v skupnost.

Cilj:

Vaja predvsem vzpodbuja mišljenje, jasnost izražanja in govorjenje, zmožnost poslušanja, obenem pa se učenci naučijo delovati samostojno in v soodvisnosti, s čimer se krepi občutek za skupinsko delo, ravno tako pa krepijo čustveno inteligenco in se obenem zabavajo. To vajo je možno uporabljati celo v neomejenem obsegu v samih razpravah in pri sprejemanju odločitev.

Potek:

Učenci tvorijo dvojice, pri čemer mora vsak dvojica opraviti točno določeno nalogo (npr. izmed ponujenih opcij izbrati najboljšo možno rešitev (po mnenju dvojice). Da bo naloga opravljena je izjemno pomembno usklajevanje in sprejemanje skupnih odločitev. Vodja določi čas, ki ga imajo dvojice na voljo in ko se le – ta izteče, se dvojice združijo v skupine s štirimi člani in eden drugemu poročajo o svojih ugotovitvah. V nadaljevanju sledi pogovor, kjer morajo mnenja uskladiti, saj bo skupno mnenje predstavljeno celotnemu razredu. Pri tem vsak član skupine razloči in zagovarja njihovo skupno odločitev. Na koncu sledi pogovor o sami vsebini in postopku. Bistvo pogovora je osredotočeno na samo odločanje v skupini (katere so bile pozitivne in negativne strani sklenjenega soglasja/kompromisa – skupne odločitve).

Evalvacija:

Poslušanje ima takojšen in pozitiven vpliv na našo samozavest (tudi v Lavrič, 2004). Ljudje, ki imajo občutek, da jih resnično poslušamo, se počutijo cenjene in spoštovane, saj jih s tem dajemo občutek da so pomembni in da nas to, kar imajo povedati, resnično zanima. »Dobro« poslušanje je osnova za kakovostno razpravo, pogajanja, razreševanje konfliktov, vzajemno ocenjevanje, postopek odločanja in vzgajanja. Obenem pa predstavlja dejavnik, ki ima verjetno največji vpliv na pozitivno klimo v razredu. Pomembno je, da v tej vaji vodja postavi trdna osnovna pravila, obenem pa je nujno, da se vzpostavi samodisciplina. Slednje daje občutek varnosti tistim, ki v vaji sodelujejo in se zaradi tega (bolj pripravljeni) sodelovati.

Poslušanje, kot bistvena življenjska veščina je ključnega pomena za vse osebne, poklicne odnose in odnose v širši skupnosti.

ZMEDENA KOMUNIKACIJA**Cilj::**

- Vzpodbuditi pozornost članov skupine za sprejemanje signalov (vid, sluh, tip) ter za diferenciacijo lastnih in tujih perceptivnih zmožnosti.
- Spoznati težave, ki izvirajo iz nasprotja med tem, kar povemo in našimi neverbalnimi telesnimi izrazi.

Potek:

Vsak član skupine si poišče partnerja, ki ga še ne pozna posebej dobro. Pari se razdelijo po prostoru. Začne eden v paru, in sicer tako, da 2 do 3 minute kaj pripoveduje svojemu partnerju, vendar pri tem pazi, da se njegove besede in telesni izrazi ne ujemajo, pač pa si nasprotujejo. Na primer: pripoveduje, kako se dobro počuti in kako je miren, pri tem pa nervozno maha z rokami. Partnerja se potem izmenjata v vlogah.

Evalvacija:

- Kateri neverbalni signali so bili močnejši od besed?
- Kateri pogoji in katere situacije nas vodijo v to, da svojih telesnih občutij ne izrazimo z ustreznimi besedami, pač pa jih prekrijemo z nasprotnim?

VODENA VIZUALIZACIJA

Cilji:

- umiritev otrok
- sproščanje otrok
- spodbujanje domišljije

Potek:

Otroci se naj uležejo na hrbet in zaprejo oči. Vi jim pripovedujete naslednjo zgodbo:
»Zaprte oči. Bodite čisto mirni. Predstavljaš si, da ležiš v svoji postelji. Skozi okno zagledaš oblaček ki leti proti tebi. Oblaček je mehak in puhast. Čutiš njegov prijeten vonj. Usedeš se na oblaček. Z oblačkom odletiš visoko na nebo. Zelo prijetno ti je. Čutiš kako te boža veter. Oblaček leti vedno višje. Sončni žarki ti grejejo telo. Prijetno toplo ti je. Pogrešaš svojo sobo. Prosiš oblaček, naj te odpelje domov. Oblaček se začne počasi spuščati. Vidiš okno svoje sobe. Zelo se razveseliš. Oblaček te popelje do tvoje postelje. Uležeš se v posteljo in si srečen, da si doma. Zdaj se pretegnite, stresite roke in noge. Odprite oči.« (Schmidt, 2006)

Evalvacija:

Vprašajte otroke kako so se počutili.

Ali so bili občutki prijetni?

Ali so bili občutki neprijetni?

Ali so si lahko predstavljali celotno zgodbo.

Vprašajte jih kateri del zgodbe jim je bil najbolj všeč in kaj so si predstavljali?

Naj poskušajo opisati svoje doživljanje zgodbe.

POLUŠANJE V PARIH

Cilj:

Seznanimi učence z elementi in spretnostjo učinkovitega poslušanja.

Potek:

- učence razvrstimo v pare, eden od para je oseba A, druga oseba B
- vse osebe A dobijo nalogo (glej spodaj: delovni listič 1); osebe B teh nalog ne poznajo
- osebe B gredo pred vrata in dobijo navodilo, da bodo npr. pripovedovali o tem kar se jim je zanimivega zgodilo čez praznike, počitnice, vikend...
- osebe B se vrnejo v učilnico in pripovedujejo, osebe A jih v skladu z navodili pozorno poslušajo
- razgovor z osebami B o tem, kako so bili zadovoljni s poslušalci.
- vajo ponovimo, tako da osebe B ostanejo v razredu; dobijo delovni listič 2 (glej spodaj)
- osebe A gredo iz učilnice, kjer dobijo nalogo, naj pripovedujejo, kar se jim je zanimivega zgodilo čez praznike, počitnice, vikend...
- razgovor z osebami A o tem, kako so bili zadovoljni s poslušalci.

Delovni listič 1

Poslušajte čim bolj pazljivo in zbrano. To pokažete tako, da gledate sogovornika in se nagnete k njemu. Ne bodite nemirni in ne pogledujte okrog sebe. Pokažite, da poslušate, in sicer na način, ki vam najbolj ustreza. Svoje zanimanje lahko poudarite z medkljici, npr. "Mhm!", "In potem?", "Kaj res?!"

Delovni listič 2

Sogovornika poslušajte le na pol. Medtem, ko govori, se npr. ozirajte po sobi, skušajte vleči na ušesa pogovore drugih parov, si tiho brundajte, si zavezujte vezalko, brskajte po torbi ali premetavajte liste na mizi. Sogovornika po dveh minutah prekinite in mu recite, da vas to, o čemer govori, spomni na stvari, ki jih vi radi počnete in mu začnite pripovedovati o tem.

Evalvacija:

Ko udeleženci/učenci izvedejo oba dela naloge jih povabimo, da razmislijo in odgovorijo na naslednja vprašanja:

- kako so se počutili ko so bili poslušani?
- kako so se počutili ko niso bili poslušani?
- ali učenci/udeleženci menijo da je poslušanje spretnost, katero se je lahko naučimo?
- kako nekomu pokažemo, da ga pazljivo poslušamo?
- kakšno vedenje nam pove, da nas sogovornik ne posluša zbrano?

UGANI PO OKUSU

Cilji:

- Spoznavanje in zavedanje različnih čutil.
- Razvijanje sposobnosti prepoznavanja občutkov tudi v situaciji, ko so ovirani.
- Prepoznavanje in razumevanje neverbalnih sporočil.
- Navajanje na opazovanje in ocenjevanje tujega obnašanja, sprememb v njem, nasprotnosti.

Potek:

Enemu otroku zavežemo oči, drugi pa mu daje v usta koščke raznega sadja, slaščic in podobno. Otrok z zavezanimi očmi ugiba, kaj je. Oči zavežemo lahko obema otrokoma, da se med seboj hranita in ugibata kaj jesta.

Evalvacija:

- Kako ste se počutili tisti, ki ste imeli zavezane oči?
- Kako ste se počutili tiste, ki ste dajali v usta koščke sadja?
- Kaj menite kaj smo se naučili pri tej igri?

BRAINSTORMING / VIHARJENJE MOŽGANOV

- ustanovimo podjetje / društvo / organizacijo ...

Cilji:

Sodelovanje v skupini, sklepanje kompromisov, upoštevanje mnenj drugih.

Potek:

Udeleženci dobijo nalogo, da ustanovijo podjetje, društvo ali kako drugo organizacijo v kateri bi želeli uresničiti svoje življenjske ali poslovne cilje. Udeleženec / učenec se obrne k sosedu ali k tistemu za katerega meni, da ima največ skupnih značilnosti, da bi skupaj pretresla nove zamisli. Vsaka dvojica dobi nalogo, da bo ustanovila podjetje in si mora razdeliti vloge in dejavnosti. To zapišeta ali narišeta na papir. Ko se dva uskladita, se pridružita drugemu paru in skupaj morajo združiti malo podjetje v večje in se dogovoriti o svojih vlogah (kdo bo direktor, tajnica, tržnik, ...) in skupnih poslovnih ciljih, kako bi združili dejavnosti. Ob vsakem povečanju skupine se morajo udeleženci na novo dogovarjati in sklepati kompromise. Na koncu predstavijo svoje podjetje in organizacijsko shemo.

Evalvacija:

Udeleženci predstavijo končno podjetje in pot do njega. Zanima nas ali so zadovoljni z njim in koliko se razlikuje od izvirne različice, ki so jih imeli posamezni pari. Kaj so pomanjkljivosti podjetja? Ali so se, da so lahko sprejeli kompromis, odrekli pomembnim osebnim načelom in poslovnim željam? Ali bi lahko izkazali takemu podjetju iskreno solidarnost? Ali se jim zdi, da jih je sodelovanje z drugačnimi kaj naučilo? Ali se je kdo izključil iz skupine in zakaj ali zakaj ne? Posledice ... Z udeleženci razmišljamo, kako lahko sodelujejo med seboj ne samo tisti, ki so si blizu in podobni, ampak tudi tisti, ki se zdijo drug drugemu povsem različni v interesih, po izobrazbi, pogledu na svet. Posamezniki se na tak način veliko naučijo o sebi in komuniciranju z drugimi na poti do uresničitve lastnih idej. Pomembno je, da presežemo lastne omejitve in damo možnost, da nam neznani vidiki, odprejo nove poglede in poti.

MREŽA PRIJATELJSTVA

Cilji:

Pri tej spretnosti spodbujamo udeležence k oblikovanju pozitivnih povratnih informacij in sporočil drug drugemu in se v bistvu naučimo, kako smo povezani med seboj. Učenci vzpostavijo med seboj neverbalno komunikacijo ter osebni in telesni stik.

Potek:

Učenci sedijo v krogu. S klobčičem volne sedem mednje ter nekemu podam volno. Začetek obdržim v roki. Vsak naslednji učenec poda klobčič sošolcu, ki si ga sam izbere. Igra poteka tako dolgo, da imajo vsi učenci v rokah delček prejice. Med njimi se je spletla mreža prijateljstva.

Evalvacija:

Ob koncu igre povprašam udeležence kako se počutijo? Kaj bi spremenili pri igri? Ali bi uporabili volno drugačne barve? Igra se da izpopolniti tudi z izjavami ali vprašanji, ki jih

morajo učenci izreči naslednjemu, ki mu podajo volno. Na primer: »Tebi podajam volno, ker si mi včeraj pomagal pri domači nalogi«. Kar lahko služi tudi za utrjevanje odnosov. Verjamem, da lahko na ta način poskušamo vzpostaviti pozitivno klimo v razredu, učilnici ali med udeleženci.

SMEJOČA ŽOGA

Cilji:

Pri tej spretnosti spodbujamo udeležence k oblikovanju pozitivnih povratnih informacij in sporočil drug drugemu in se v bistvu naučimo, kako pozitivna sporočila od drugih prejemati.

Potek :

Za to spretnost potrebujemo žogo, ki ji narišemo velik smejoč obraz (oči in usta) Žoga je lahka, da jo lahko mečemo med seboj v učilnici. Žogo vržem Aleksandri rekoč: Žogo dajem Aleksandri, kajti vseč mi je kako si mi danes pomagala pri nalogi. Ona žogo ulovi in reče na primer: Hvala, smejočo žogo bom vrgla Petru, saj mi je danes pomagal s svojimi zapiski, ker sem manjkala na predavanju. Peter prejme žogo rekoč: Hvala, Smejočo žogo bom vrgel Sanji, ker mi je vseč, kako se je danes postavila za sošolko in ji pomagala v situaciji, ko jo je sošolec zasmehoval.....itd.

Evalvacija:

Ob koncu igre povprašam udeležence kako se počutijo? Kaj bi spremenili pri igri? Katere teme bi izbrali? Ali bi imeli drugačno žogo? Nekateri verjamem bodo imeli probleme in bodo mogoče nekoliko nespretni pri identifikaciji tega, kaj je uspeh in se mogoče ne bodo znali razširiti uspeha na ostala področja (npr. pomoč mami, starejši osebi itd...) verjamem pa da na ta način skušamo vzpostaviti pozitivno klimo v razredu, učilnici ali med udeleženci.

ANDREJINA IN JANOVA DARILA

Cilji:

- udeleženci spoznavajo in iščejo možne rešitve konfliktov,
- imajo možnost predvidevati različne možne razplete določenega dogodka ob spremenjenem kontekstu,
- imajo možnost obujati določene dogodke in se spominjati, načrtovati in predvidevati prihodnost,

- spoznajo, da se ljudje včasih znajdejo v položaju, ko si njihove pravice med seboj nasprotujejo,
- ugotovijo, da se da takšne spore rešiti na miren način,
- razumevanje pomena dogovarjanja, sporazuma, popuščanja, kompromisa,

- udeleženec spoznava, da mora ravnati z drugimi tako, kot si želi, da bi oni ravnali z njim.

Metoda dela:

Didaktični razgovor

Potek:

ANDREJINA IN JANOVA DARILA

Andreja in Jan sta bila zelo vesela, saj so starši vsakemu kupili lepo darilo. Jan je dobil boben in je bil tako vesel, da je takoj začel igrati nanj. Tudi Andreja je bila navdušena, dobila je piščalko. Še sama je začela piskati. Najprej je bilo vse v redu, saj sta oba dobila darila in lahko sta igrala istočasno, potem pa sta ugotovila, da se ne moreta posvetiti svojemu inštrumentu, če oba igrata istočasno. Andreja je nehala igrati in prosila Jana, naj malo neha in pusti, da bo igrala še ona. Jan je odgovoril, da ga ne moti, če Andreja še naprej igra in da ne bo nehal. Andreja se je razjezila in začela igrati zelo glasno, potem pa jo je Jan poskušal preglasiti. Začela sta tekmovati, kdo bo glasnejši, in končno so v sobo prišli starši, saj sta povzročala neznanski hrup.

Izvedba

- Otrokom povemo/preberemo zgodbo o Andreji in Janu.
- Povabimo jih naj zgodbo zaigrajo. Na razpolago so štiri vloge: Andreja, Jan, oče in mama.

Evalvacija:

- Po dejavnosti poiščemo miroljubno rešitev spora. V pomoč so naslednja vprašanja:
 - Kako je prišlo do spora? Zakaj se je to zgodilo?
 - Kako so se počutile osebe v zgodbi?
 - Je bil konec srečen?
 - Kako bi se lahko izognili sporu?
 - Kakšni drugi konci so tudi mogoči?

Možnosti

- Dejavnost lahko uporabimo pri reševanju sporov, do katerih pride v skupini. Udeležence, ki so vpleteni v spor (oziroma celo skupino) prosimo, naj razmislijo o nenasilnih možnostih za rešitev spora.
- Po možnosti naj udeleženci v sporu zamenjajo vloge in ponovno odigrajo igro. Tako lahko podoživijo tudi stališča druge osebe.

PREPROSTO NAJBOLJŠI

Cilj igre:

Izraziti in utemeljiti svoje mnenje ter istočasno poslušati druge in se učiti usklajevati in sodelovati.

Potek:

Učence razdelimo v dve ali več skupin. To lahko naredimo tako, da pripravimo vrečko z listki dveh (ali več) barv, iz katere potem vsak učenec povleče svoj listek in je tako uvrščen v eno skupino. Vsaka skupina dobi seznam stvari oziroma zvrsti in njihova naloga je, da se odločijo, kdo je v posamezni zvrsti preprosto najboljši.

Primer: Najboljša glasbena skupina v Sloveniji, dva trenutno najboljša filma, najboljša pasma psa, dve najboljši knjigi svetovnih avtorjev, najboljši kraj za sanjske počitnice, ...
Dejavnost časovno omejimo.

Evalvacija:

Udeležencem postavimo sledeča vprašanja:

Kako ste se počutili med igro? Kako ste se usklajevali med seboj? Kaj vam je igra povedala o vas? Kaj o drugih?

DREVO**Cilji:**

Preko faze samoopazovanja preidemo v fazo vživljanje in identifikacijo na verbalnem ali neverbalnem nivoju. Igra lahko vključuje tudi krepitev likovne in literarne ustvarjalnosti.

Potek:

Vsak udeleženec/učenec ima pred sabo svoj list. Vsi imajo na razpolago enake barve in pripomočke (bodisi barvice, tempere, flomastre ali kaj drugo). Vsak se poglubi v svoje trenutno razpoloženje in glede na to naslika drevo. Vsak udeleženec/učenec svoje drevo pokloni nekemu v skupini/razredu. Vsi se skušajo vživeti v razpoloženje, ki ga prikazuje slika.

Igro lahko s tem zaključimo, lahko pa jo nadaljujemo, in sicer tako, da na zadnjo stran slike udeleženci/učenci napišejo razpoloženje, katerega mislijo, da slika prikazuje. To lahko tudi preberejo celotni skupini.

Evalvacija:

Ko vsi udeleženci/učenci zaključijo z razmišljanjem in ugotavljanjem razpoloženja soudeležencev preko slike, postavimo vprašanja:

- Kako se počutimo ob tem, ko se skušamo vživeti v vlogo nekoga drugega?
- Se je lažje vživeti v vlogo drugega ali lažje razmišljamo o razpoloženju samega sebe?
- Je pomembno, da ob identificiranju z nekom drugim to osebo poznamo že od prej ali ne?
- Ugotavljamo katera razpoloženja prevladujejo in kaj na to vpliva.
- Upoštevamo dejstvo, ali smo v to igro vključili otroke, pubertetnike ali odrasle. Različne starostne skupine različno in drugače izražajo svoja razpoloženja.
- Zanimivo je primerjati razpoloženja, ki jih je izrekel nekdo drug (sošolec, prijatelj,...) s tistimi razpoloženji, ki jih je avtor slike zapisal na zadnjo stran.

NAJVEČJE ŽELJE, NAJGLOBJI STRAHOVI**Cilji:**

Vedenjski:

Člani bodo:

- identificirali svoje želje, upe in strahove v pisni obliki,

- z ostalimi člani skupine spontano spregovorili,
- s poslušanjem partnerja razvijali empatične spretnosti.

Kognitivni:

Člani bodo:

- zmanjšali občutek izoliranosti z dajanjem informacij in prejemanjem povratnih informacij od ostalih članov skupine,
- razvijali empatijo z drugimi člani prek razlage partnerjevega delovnega lista.

Pripomočki:

- kopija delovnega lista Največje želje, najgloblji strahovi
- pisalo.

Metoda:

Člani skupine bodo delali neodvisno in na delovnih listih odkrivali svoje največje želje in najgloblje strahove. Ko vodja ugotovi, da je večina nalogo končala, določi pare. Partnerji v parih razpravljajo o delovnih listih. Skupina se potem spet sestavi v krog in vsak član razloži delovni list svojega partnerja. Spodbujajte dejanje povratnih informacij.

Navodilo:

Razdelite kopije delovnih listov in članom skupine povejte, naj razmislijo o svojih željah in strahovih. Naročite jim, naj svoje strahove in želje vpišejo v delovne liste, v za to namenjen prostor. Ko vsi končajo to nalogo, jih razdelite v pare, ki so lahko izbrani naključno ali načrtno. Člane spodbudite, naj si medsebojno sestavljajo vprašanja in raziskujejo strahove in želje svojega partnerja. Ko končajo jih pokličite nazaj v krog.

Zaključek:

Seanso zaključite z nekaj komentarji o naslednjih temah:

- skupne značilnosti izraženih strahov in želja
- pomembnost razumevanja zornega kota druge osebe (empatija) (Carrel, 2000).

OPIŠI SE SKOZI OČI DRUGEGA

Cilji:

- spodbujanje navezovanja stikov med udeleženci
- premagovanje začetnega strahu in napetosti
- udeleženci lažje navezujejo stike, če najprej spoznajo partnerja in nato vso skupino
- spoznavanje drugih članov skupine
- vživljanje v situacijo in vlogo

Potek:

V skupini, ki lahko šteje 10 do 30 udeležencev najprej oblikujemo pare. Pare oblikujemo glede na rojstne dneve. Predavatelj navzoče prosi, naj na kos papirja zapišejo svoje ime ter dan in mesec rojstva. Udeleženci vstanejo, se sprehodijo po prostoru, primerjajo datume rojstva in si med tem poiščejo partnerja, ki ima najbližji datum rojstva.

Ko so pari oblikovani, si poiščejo vsak svoj prostor in se poskusijo predstaviti drug drugemu tako, kakor bi nas »opravljale« mame na kavi, očetje v službi, sestre, bratje, partnerji,... se pravi skozi oči nekoga, ki nam je blizu.

Čas ki ga potrebujemo za oblikovanje parov je približno 10 minut in 5 do 10 minut za predstavljanje drug drugemu.

V prostoru, kjer dogajanje poteka mora biti dovolj prostora za gibanje pri iskanju parov.

Pripravimo tudi pisala in papir za zapis imen in datumov rojstva.

Evalvacija:

Če na začetku učnega procesa večkrat oblikujemo naključne pare, dosežemo visoko stopnjo medsebojnega poznavanja in nato lažje preidemo k oblikovanju učinkovitih in ustvarjalnih skupin, ki so sposobne rešiti zadane naloge. S tem razvijamo skupinsko dinamiko in pozitivno učno klimo.

Ker se udeleženci predstavijo skozi oči nekoga drugega, v vlogi drugega, jih lahko povabimo, naj povejo svoje mnenje, kako so se počutili v tej vlogi in zakaj se je lahko oziroma ni mogel vživeti v vlogo.

INTERVJU PRIJATELJA

Cilj:

Povečanje socialne interakcije in boljše razumevanje pojma prijateljstva

Pripomočki:

Kopije vprašalnika na naslednji strani, pisalo

Velikost skupine:

2-10 udeležencev

Potek:

Razložimo namen aktivnosti. Vsakemu udeležencu določimo partnerja (igra v parih). Razdelimo pripomočke, kopije vprašalnika. Vsak par naredi intervju z svojim partnerjem.

Evalvacija (vprašanja za diskusijo):

1. Kaj ste se naučili o sebi?
2. Kaj ste se naučili o svojem partnerju?
3. Zakaj je pomembno imeti prijatelje?
4. Kakšno bi bilo naše življenje brez prijateljev?
5. Ali menite, da je pomembno biti prijazen do vseh ljudi? Razložite zakaj?

Priloga:

Ime in Priimek _____

Datum _____

INTERVJU PRIJATELJA

Navodila: Vprašajte partnerja naslednja vprašanja in odgovore napišite na prazne črte.

Kako ti je ime?

Kaj pomeni biti prijatelj?

Kako si želiš, da te prijatelji obravnavajo/sprejemajo?

Kako ravnate s prijatelji?

Kako bi opisal svojega najboljšega prijatelja?

Katere dejavnosti počneš s prijatelji?

Zakaj je pomembno, da imamo prijatelje?

Kaj je zlato pravilo prijateljstva?

ETIKETE

Cilj:

Verjetno je vsakemu človeku pomembno kaj si drugi mislijo ali govorijo o njem? V tej vaji se učenci soočijo z učinki stereotipov in raziskujejo odnos med pričakovanji, ki jih drugi gojijo do njih in njihovim vedenjem. Učenci se na ta način zavejo vpliva, ki ga ima njihovo vedenje na druge in jih spodbuja k pogovoru o učinkih, ki jih imajo na ljudi stereotipi.

Potek:

Časa za igro je približno 45 minut. V skupini je lahko 10 ali več učencev. Vsak učenec prejme majhno belo samolepilno nalepko, na kateri so napisane določene osebne lastnosti, na primer: »neodgovoren«, »duhovit«, »neumen«, »pameten«, »neroden« itd. Skupini učitelj zastavi neko nalogo, na primer da izdelajo poster, načrtujejo nek dogodek, predstavijo pohoštvo ali imajo kakšno debato. Nalepke učitelj učencem prilepi tako, da sami ne bodo videli, kaj piše na njih. Skupini pojasni nalogo. Razloži, da se morajo med izvajanjem naloge drug do drugega obnašati tako, kot piše na nalepki. Če na nalepki piše na primer »len«, se morajo do tega sošolca vsi obnašati, kot da je vedno »len« (ob tem pa ne smejo nikoli izreči besede napisane na nalepki!). Učenci si morajo v okviru aktivnosti prizadevati, da bodo s sošolci ravnali v skladu s stereotipom, zapisanim na nalepki. Na koncu igre lahko učenci ugibajo, kaj jim piše na nalepki, čeprav to ni glavni namen te igre. Pri tem kdo bo dobil kakšno nalepko, moramo

biti previdni. Če je v skupini nekdo, ki je bolj lenoben, verjetno ne bo najbolje, da dobi nalepko »len«.

Evalvacija:

Zelo pomembno je, da imajo učenci dovolj časa, da povedo svoje mnenje. Učitelj najprej učence vpraša, ali so uganili lastnost, ki so jo imeli zapisana na nalepki, potem pa jim postavi druga vprašanja, povezana z igro: »Kako so se udeleženci počutili med igro?«; »Se je bilo težko vesti do ljudi v skladu z napisom na nalepki?«; »Se je kdo začel obnašati v skladu z napisom na nalepki (recimo, ali je tisti, ki mu je na čelu pisalo duhovit, začel pripovedovati šale in se je obnašal samozavestneje)?«; »Je tisti z nalepko len nehal pomagati ali sploh sodelovati?«; »Kakšne nalepke dajemo ljudem v vsakdanjem življenju?«; »Kako to vplivanje in kako vpliva na naše mnenje in razmišljanje o njih?«; »Komu v vsakdanjem življenju dajemo nalepke, ki smo jih uporabili v igri?«; »So upravičene?« itd.

«STOLP»

Cilj:

- spoznavanje koristnosti skupnega dela in da omogoča zadovoljstvo,
- razvijanje pripravljenosti za skupno delo in igro,
- navajati, da osebne interese podrejajo interesom skupine in postopno prevzamejo odgovornost za uspeh in neuspeh skupine,
- komunikacija med člani skupine,
- spodbujanje sodelovanje znotraj ekipe (zdrava tekmovalnosti in prizadevanje k čim boljšim rezultatom),

Pripomočki: 2 x 50 listov (rabljenih)

Potek:

Naključno izberemo 10 oseb, ki jih razdelimo v 2 skupini. Skupini med seboj tekmujeta, katera bo iz 50 listov papirja, v 5 minutah naredila višji stolp.

Evalvacija:

Vprašanja:

- Kako ste se počutili?
- Kako ste se lotili naloge?
- Ste naredili načrt, kako boste naredili stolp ali ste se takoj zagnali v delo?
- Kako ste reševali konflikte?
- Kako ste si razdelili vloge?

VRINJENI STAVEK

Cilji:

Ta spretnost je kognitivna, spodbuja strateško razmišljanje, prav tako pa zahteva od posameznika sodelovanje v paru, hkrati pa se mora vsak posameznik boriti za svoj cilj.

Potek:

Dela se v parih. Vsak dobi en stavek, ki ga mora čimprej smiselno izreči v pogovoru s partnerjem. Stavka med seboj nista povezana, igralca poznata samo svoj stavek, partnerjvega ne. Ko to uspe prvemu, je igra končana. Pogovor med partnerjema je lahko spontan, lahko pa jima vodja določi temo.

Evalvacija:

Preverimo, kako sta se posameznika počutila, koliko sta se poslušala in kako sta se trudila doseči svoj cilj. Preverimo lahko tudi mnenje ostalih opazovalcev, kako spretna sta bila posameznika.

PREBIJANJE LEDU

Cilji:

Vedenjski:

- Par bo odgovarjal na neposredna vprašanja.
- Razkrili samega sebe z odgovarjanjem na neposredna vprašanja.

Kognitivni:

- Okrepili razvoj identitete z izmenjavanjem osebnih informacij v strukturirani obliki.
- Povečali zavest o samem sebi in drugih z izmenjavo povratnih informacij.

Potek:

Vodja skupine ali učitelj poda naloge za izvrševanje naloge. Posamezniki v skupini se razdelijo v pare. V paru sta dva posameznika oz. člana. Vsak par dobi navodila s vprašanji. En sprašuje drug odgovarja. Ko prvi odgovori na vsa vprašanja se zamenjata. Pri vprašanih gre za spoznavanje sveže oblikovane skupine ali skupino z novimi člani. Na tak način se člani bolje spoznajo. Ta seansa je odlična za umiritev skupine in po njej se da lažje zadihati.

Vprašanja:

1. Kateri je najboljši film, ki si ga kdaj videl/a?
2. Kdo je najpomembnejši človek, ki je živel v času, od kar si se ti rodil/a?
3. Če bi bil/a lahko na mesto človeka žival, katera žival bi bil/a in zakaj?
4. Kateri je bil najboljši dan v tvojem življenju?
5. Kateri je tvoj najzgodnejši (prvi) spomin v življenju?
6. Kaj te najbolj skrbi?
7. Kaj si želiš početi čez pet let?
8. Če bi imel/a milijon eurov, kaj bi naredil/a s tem denarjem?
9. Kaj ti v pri meni ni všeč? Zaradi česa si pa rad/a sediš ob meni?
10. Ena od stvari, ki jo imajo ljudje pri tebi najraje, je... Ena od stvari, ki jo imajo ljudje pri tebi najmanj radi, pa je...
11. Tvoj najljubši pevec, pevka ali skupina je...

12. Tvoj najljubši letni čas je... Zakaj?
13. V tej skupini o sebi najtežje pripoveduje...
14. Danes sem se največ naučil/a o... iz te skupine.
15. V tej skupini mi je najbolj podoben... v tej skupini mi je najmanj podoben...
16. Oseba v tej skupini, bi lahko najdlje preživel/a na samotnem otoku, je... Zakaj?
17. Oseba v tej skupini, ki v življenju najbolj uživa, je... Zakaj?
18. Oseba v tej skupini, o katerem bi rad/a izvedel/a še kaj več, je...
19. Oseba v tej skupini, ki se je malce bojim, je... Zakaj?
20. Tisto, kar bi se rad/a od mene naučil/a, je...

Evalvacija:

Po končani seansi, se posamezniki bolje spoznajo in si s tem ustvarijo neko mišljenje o enim in drugem. Posamezniki postanejo bolj sproščeni in komunikativni med seboj.

STRPNOST - Vodenje človeka s telesno in govorno motnjo

Strpnost lahko opredelimo kot vrlino in je tudi ena temeljnih človeških pravic. Ljudi naj ne ločuje, temveč povezuje. Živimo v različnih okoljih, pripadamo različnim kulturam, verskim skupnostim. V večini primerov prevzemamo nauke, vrednote, vrline, standarde od staršev in družbe, v kateri živimo. Smo posamezniki z različno izobrazbo, darovi, željami, vsak od nas nosi svojo izkušnjo, svoje želje, tudi bolečine in radosti. Vse to nas ločuje in istočasno tudi povezuje. Strpnost dopušča in uči. Na tak način prihajamo v stik z drugačnim načinom razmišljanja, idejami, vrednotami in postajamo bogatejši.

Cilji:

Vživljanje v čustva človeka z motnjo

Potek:

Prostovoljcu na povemo, tako da nobeden ne sliši, da ima neko motnjo, da npr. ne more zaviti na levo ali desno in pa, da ne more govoriti, to potem poljubno določimo. Ostalim učencem naročimo naj ga vodijo z ene točke v učilnici, do druge. Vendar ti ne vedo, da ima drugi učenec določeno motnjo. Lahko tudi določimo samo enega da ga vodi, to je potem stvar odločitve. Vaja naj bi bila sprva lahka, a se nato zakomplicira. Igra se večinoma uspešno zaključi.

Zaključek:

Učenca z motnjo vprašamo, kako se je počutil, ko ni mogel slediti navodilom. Ali ga je mučilo, da ni mogel spregovoriti? Kakšna čustva je doživljal?

Ostale udeležence vprašamo, kako so se počutili, ko so govorili v prazno?

Ali so mislili, da jih vodeni učenec noče ubogati? Kakšna čustva so doživljali?

Ali so razumeli učenca?

Ali razumemo takšne ljudi, ki so omejeni in se skušamo živeti v njihov položaj?

(Vtič, 2004;59)

TEKMA ZNANJA

Cilji:

Otroci se naučijo delovati kot skupina, spoznajo koristi skupinskega dela, spoznajo timsko delo, razvijajo pripravljenost za delo v skupini, dojemajo, da pomagajo drugim in znajo tudi

sprejeti pomoč, naučijo se spoštovanja do sočloveka, naučijo se osebne interese podrežati interesom skupine, prevzemajo odgovornost za uspeh in neuspeh skupine, krepijo možganske celice in spoznavajo zdravo tekmovalnost.

Potek:

Otroci so v skupinah po 6-8 oseb. Igra je sestavljena iz kartic, na katerih so zapisana vprašanja in odgovori določene teme. Potrebujemo še peščeno uro in tablo (list), kamor zapisujemo rezultate igre. Skupine med seboj tekmujejo v pridobivanju točk. Za vsak pravilni odgovor, ki ga skupina zadene, si pridobi eno točko. Vprašanja si postavljajo skupine med seboj po določenem vrstnem redu. Naenkrat postavlja vprašanje le ena skupina tisti skupini, ki je na vrsti (skupine se odločijo za vrstni red na začetku igre). Zmaga skupina, ki zbere največ pravih odgovorov (točk).

Variacije:

Različne teme oziroma snov, ki jo utrjujemo na ta način, lahko si sami predhodno sestavijo vprašanja, lahko se dodajo še različne predstavitve zahtevanega odgovora (risanje, pantomima).

JAZ V OGLEDALU

Cilji:

Iskanje pozitivnih lastnosti v ljudeh in razvijanje pozitivne samopodobe

Potek:

Vsak dobi prazen list. Nanj čez celo stran narišemo ogledalo; nekje na list zapišemo svoje ime. Potem ogledalo predamo svojemu levemu sosedu. Ta zapiše nanj eno lepo lastnost tistega, katerega ime je na listu. Ogledalo potem kroži, tako da vsak v skupini zapiše po eno lepo lastnost za vse ostale člane. Na koncu vsak dobi nazaj svoje ogledalo, na katerem najde mnoge kvaliteta, ki jih drugi ne vidijo na njem.

Evalvacija:

Pogovorimo se:

Kaj je bil po vašem mnenju namen te vaje?

Kako ste se počutili, ko ste pisali vsa ta lepa sporočila?

Kako se počutite sedaj, ko ste o sebi prebrali vse te lepe stvari?

Ali pogosteje izrečete kritiko ali pohvalo?

(Vtič, 2006)

MOČ BESEDE

Cilj:

- bolje spoznati vpliv sporočil – negativnih in pozitivnih,
- skozi igro bomo spoznali, kakšno moč ima beseda oz. sporočilo,
- videli bomo, kako doživimo negativno sporočilo,
- kako se ob njem počutimo,
- kako se odzovemo,
- kako na nas vpliva lepa beseda in lepa misel.

Navodilo:

- najprej razdelimo lističe z negativnimi sporočili,
- poudarimo, da gre le za vajo in da je pri igri pomembno, da vsi udeleženci istočasno razprejo in preberejo sporočila,
- zanimivo je, kako neprijetno je prebrati slabo stvar o sebi, tudi če vnaprej veš, da gre za igro.

Negativna sporočila:	Pozitivna sporočila:
S tabo mi ni prijetno.	S tabo mi je prijetno.
Čudno frizuro imaš.	Rad se pogovarjam s tabo.
Bedak si.	Nate se lahko zanesem.
Stvari, ki jih pripoveduješ, niso zanimive.	Vedno me spraviš v dobro voljo.
Prav nobenega smisla za humor nimaš.	Znaš se pošaliti in nasmejati.
Dolgočasen človek si.	Zanimivo je biti s teboj.
Nikoli se ne boš ničesar naučil.	Sposoben si doseči svoje cilje.
S tabo se ne pogovarjam rad.	Všeč mi je, kako se oblačiš.
Len si in nemaren.	Rad sem v tvoji družbi.
Tvoja inteligenca ti ni ravno v ponos.	Lepo je, ko se smejiš.
Ne družim se rad s tabo.	Radi te imamo.
Čudno se obnašaš, zoprni si mi.	Uspešen si.
Nisem rad s teboj.	Znaš poslušati in svetovati.
Na živce mi greš.	Prijazen človek si.
Nisi sposoben doseči svojih ciljev.	Vedno najdeš prijazno besedo.

Zaključek vaje:

- Kako ste se počutili, ko ste prebrali slaba sporočila?
- In ko ste prebrali lepa sporočila?
- Kako se odzovete na pohvalo, kako na kritiko?
- Koliko dobivate v življenju dobrih in koliko slabih sporočil?
- In katera sporočila vi izrekate drugim?
- Ali besede kontrolirate ali vam kar izletijo iz ust?

- Ali mislite, da obstaja povezava med tem, kar mi govorimo drugim, in tem kar drugi govorijo nam?
- Ali so ljudje, ki so grdi do drugih, pogosteje deležni grobih besed in obratno, ali so ljudje, ki so prijazni, pogosteje deležni prijaznih besed?
- Kaj lahko iz tega zaključimo?

(Vtič 2006, 20)

KAKŠNE SO MOJE MISLI

Cilji:

Cilj socialne spretnosti je, da ozavestimo svoje negativne misli in jih preko komunikacije in sodelovanja s svojim partnerjem ter samim s seboj poskušamo odpraviti oziroma spremeniti v pozitivne.

Potek:

1. Vsak učenec si najde partnerja s katerim se vsaj malo pozna oziroma s katerim si je naklonjen. S partnerjem si bosta namreč zaupala svoje misli, kar pomeni, da morata zaupati drug drugemu, se poslušati, sodelovati in si pomagati.
2. Ko součenci razdeljeni v pare, vsak učenec vzame list papirja in nanj napiše 5 negativnih misli o sebi (npr. nihče me ne mara, moram shujšati, ne znam javno nastopati, nikoli nič ne naredim prav, ne bom dobil službe, itd.). Temu namenimo nekaj minut časa.
3. Ko oba v paru napišeta svoje misli na list papirja si lista izmenjata. Prebereta si kaj je napisal partner. Za tem eden v paru t.i. učenec A prebere naglas prvo negativno misel svojega partnerja, učenca B. Učenec B pozorno posluša (svojo) negativno misel, ki mu jo prebere učenec A, nato pa poskuša učenca A prepričati, da je ta trditev laž. Učenec A vztraja, da je ta misel, trditev resnica ter postavlja retorična vprašanja (npr. kako veš, da me ima kdo rad, če pa so vsi nesramni do mene...). Cilj pri tem je, da se učenec B potrudi in z argumenti prepriča učenca A, da le-ta ovrže prebrano negativno misel. S tem učenec B prepriča tudi samega sebe in tako ozavesti in spremni svoje misli v bolj pozitivne.
4. Ko učenec A prebere vse misli in jih s svojim partnerjem predela, se vlogi zamenjata.

Evalvacija:

Pri evalvaciji učitelj vpraša učence, kakšna se jim je zdela vaja in kaj so ugotovili. Po diskusiji obrazloži učencem, da so naše misli izvor naših dejanj in počutja. Zato je izredno pomembno, da sami sebi ne govorimo negativno naravnanih besed. Tako, kot je pomembno, da spodbujamo svoje sošolce, prijatelje, jim zaupamo, sodelujemo z njimi, moramo tak zaupljiv in spodbuden odnos najprej razviti do samega sebe. Šele s tem, ko imamo sami o sebi pozitivno mnenje in dobro samopodobo, lahko razvijamo pozitiven odnos do okolja.

GORDIJSKI VOZEL

Cilji:

Namen igre je pospeševanje oblikovanja skupine. Ko se začne oblikovati skupina, je pomembno, da se nevtralizirajo začetne napetosti in nelagodja udeležencev in da se prične ustvarjati vzdušje igrivosti, sproščenosti in sodelovanja. Zato so za uvod primerne igre vključevanja, ki udeležencev ne izpostavljajo preveč oziroma so na varen način izpostavljeni

skupaj, ob skupni nalogi. Pri igri *gordijski voz* so udeleženci dejansko fizično povezani v celoto in se tako pospeši oblikovanje skupine in povezanosti udeležencev v njej.

Potek:

Udeleženci se postavijo v krog, drug ob drugega. Vodja pove zgodbico: »Pozimi se je Aleksander s svojo vojsko umaknil v Gordij, kjer je nameraval prezimiti. Tam je videl znameniti gordijski voz, privezan na oje z drenovim lubjem. Po legendi naj bi tisti, ki bi mu uspelo razvozlati ta voz, postal kralj vesoljnega sveta. Po eni različici zgodbe, naj bi Aleksander voz presekal z mečem, po drugi pa naj bi iz ojesa izvlekel klin, s katerim je bil pritrjen ojesni jermen, in tako ločil oje od lesa.«

Namen te igre je preizkusiti, če je gordijski voz rešljiv brez tega, da bi ga presekali. Vsi zamižijo in stegnejo roke v krog. Vsak prime za roko nekoga, ki pa ni njegov sosed v krogu. Ko se vsi držijo za roke, odprejo oči in se odvozlajo, ne da bi kdorkoli kogarkoli spustil. Pri tem lahko nastane sklenjen krog, osmica, dva ali več krogov.

Evalvacija:

V fazi evalvacije se lahko razvije debata o tem, kako se je možno odvozleti in ali so udeleženci spoznali, da lahko skupina deluje samo, če sodelujejo in se dogovarjajo vsi sodelujoči. Česa so se naučili s to vajo?

SOCIALNA INTERAKCIJA IN MEDSEBOJNO SODELOVANJE

Cilji:

Skupinsko delo, medsebojno sodelovanje, sklepanje kompromisov, teamsko sprejemanje odločitev, enotno delovanje, prilagajanje.

Potek igre:

Poljubno formiramo skupine s 5-7 udeleženci. Vsaka skupina je od sedaj naprej team in tako naj tudi delujejo.

Naloga posamezne skupine je da kreativno načrtuje svoj team – ime, maskota,...

Vsaka skupina dobi list z navodili kaj se zahteva od njih.

Odgovori morajo biti kratki in jedrni.

Skupina mora biti popolnoma skladna in se strinjati v odločitvi, ki jo sprejme. Poiskati morajo skupno pot, najti kompromis tako, da se boste vsi strinjali z odločitvijo.

Pri delu naj bodo čim bolj kreativni (uporaba barvic..)

Vprašanja za diskusijo, po zaključenih nalogah igre:

Kaj menite, da je namen te igre?

Kako vam je bilo sodelovati v teamu?

Kako je vaš team sprejemal odločitve in na kakšen način ste se usklajevali?

Zakaj je pomembno delo v teamu?

Pri katerih drugih projektih ste se še morali prilagoditi in iskati kompromise?

Kaj bi se zgodilo, če se team ne bi v ničemer strinjal?

Kaj bi se zgodilo, če ljudje ne bi mogli v realnosti sprejemati kompromisov?

List z nalogami za skupino

Uporabite domišljijo in bodite čim bolj kreativni.

IME TEAMA:

MASKOTA TEAMA:

BARVA TEAMA:

NAMEN TEAMA- POSLANSTVO:

HRANA TEAMA:

PESEM TEAMA:

SREČNA ŠTEVILKA TEAMA:

Odgovorite na vprašanja v enem stavku.

Kako je vaš team sprejel odločitve in se strinjal?

Kaj bi se zgodilo, če se vaš team ne bi strinjal v ničemer?

Evalvacija:

Za delo v timu je nujno potrebno sklepanje kompromisov. Socialna spretnost, ki jo lahko pridobimo s to socialno igro je strpnost in učenje iskanja kompromisov, saj je v življenju na vsakem koraku potrebno sprejemati kompromise, se prilagajati in iskati skupne rešitve. Če otrok ne razvije teh sposobnosti zelo težko najde prijatelje, soigralce, službo in na koncu tudi partnerja. Vendar pa je pri tem pomembno, da se nauči tudi meje prilagajanja in sklepanja kompromisov, saj pretirano prilagajanje zelo škodljivo vpliva na osebni razvoj.

PRIJAZEN POVEDI

Cilji:

- iskanje pozitivnega v našem življenju
- iskanje pozitivnega pri ljudeh in s tem krepiti dobre medosebne odnose.
- skozi igro bomo spoznali, kakšno moč imajo lepe besede in dobre misli, še posebej takrat, ko smo slabe volje, žalostni in nesrečni.
- videli bomo, kako doživimo lepe misli.

- kako se odzovemo.

Potek:

- Najprej razdelimo lističe, na katerih so zapisane povedi, ki jih morajo učenci dopolniti.
- Povedi so oblikovane tako, da jih lahko učenci dopolnijo samo s pozitivno mislijo.
- Učence povprašamo, kdaj bi jim ta naloga prišla še posebej prav in zakaj (morda takrat, ko so slabe volje, žalostni in nesrečni; zato da bi se spomnili dobrih stvari, ki jih imajo sami in ljudje okoli njih).
- Naloga vsebuje samo pozitivne besede in prikaže, kako smo povezani z ljudmi, ki nas obkrožajo v vsakdanjem življenju.

DOPOLNI POVEDI

- Cenim svoje prijatelje, ki so ...
- Pri svojem najboljšem prijatelju (svoji najboljši prijateljici) cenim, da ...
- Nanj (nanjo) se lahko zanesem, da ...
- Pri moji družini mi je všeč, da ...
- Dosti sem se naučil od ...
- Rad sem z ljudmi, ki ...
- Najboljše, kar lahko drugim dam, je ...
- V tej skupini sem rad, ko ...
- Sem kot vsak drug človek glede ...
- Sem drugačen od drugih glede ...
- Srečen sem, ker ...

Evalvacija:

Udeleženci odgovarjajo na sledeča vprašanja:

- Kaj je bil po vašem mnjenju namen te vaje?
- Kako si se počutil, ko si iskal same dobre lastnosti in pozitivne misli?
- Kaj običajno vidiš pri sošolcih in ljudeh okoli sebe?
- Kako se počutiš, ko govoriš ljudem lepe stvari?

KAJ BI BIL, ČE BI BIL....

Cilji:

- medsebojno spoznavanje in vživljanje v lastnosti drugega.

Potek:

- eden od članov si v mislih predstavi nekoga od ostalih članov skupine,
- drugi s pomočjo raznih vprašanj poskušajo ugotoviti, koga imajo v mislih,
- vprašanja:
 - o Če bi se ta oseba spremenila v barvo, kakšna bi bila?
 - o Kakšna bi bila ta oseba, če bi bila pokrajina?
 - o Kakšna bi bila ta oseba, če bi bila glasbeni instrument?
- člani skupine se morajo že poznati,
- odgovarjati morajo z lastnostmi predmetov in ne s človeškimi lastnostmi (npr: velik, zelen, pester – ne pa len, vesel, priden).

Evalvacija:

- igra daje možnosti ustvarjalnega mišljenja,
- udeležence lahko vprašamo, kako so se počutili, ko so opisovali osebo in kako se je opisana oseba počutila, ali so imeli težave pri odgovorih, so se počutili dobro...

ODTIS TELESA

Ciljna skupina:

otroci (stari 5-7 let)

Cilj vaje:

Spoznavanje in razumevanje sebe v socialnem okolju

- Razvijanje realne podobe in pozitivno samovrednotenje
- Ugotavljajo telesne podobnosti in razlike med posamezniki
- Spoznavajo medsebojne podobnosti in razlike

Potek in izvedba:

Pred pripovedovanjem pravljice poskrbimo za uvodno motivacijo z igrico, preko katere učenci spoznajo živali, ki nastopajo v pravljici (zmaj, lev, kresničke, metulji, ribe, čebele, papiga). Po končani uvodni motivaciji jih povabimo, da se posedejo v krog. Povemo jim naslov zgodbe in jih povabimo, da pozorno prisluhnejo. Počasi in nazorno jim pripovedujemo zgodbo. Knjigo imamo obrnjeno proti njim, da lahko med pripovedovanjem opazujejo ilustracije.

Vodja skupine (vzgojitelj, učitelj) nato prebere pravljico: BREZ TEBE (avtor: Stefan Gemmel)

Vsebina: *Globoko v gozdu je živel zmaj Bodo. Bil je srečen. Rad je opazoval metulje pri plesu in jim ploskal, se igral z ribami in s kresničkami vadil nov ples. Čebele je vedno pohvalil, kako dober med nabirajo. Nekega dne je k njemu pristopil lev in dejal, naj izgine, ker je nekoristen. Bodo je bil zelo žalosten. Hodil je in hodil tri dni in tri noči in se nazadnje od utrujenosti zgrudil v puščavi. Nenadoma je za njim priletela papiga in ga prosila, naj pride nazaj. Dejala je, da ga pogrešajo. Metulji nočejo več plesati, ribe so žalostne, čebele ne nabirajo več medu in kresničke ponoči nočejo več svetiti. Vsi imajo že polno bušk. Bodo se je odločil, da se vrne v gozd. Ko je videl, da proti njemu teče lev, se je zelo prestrašil. A na njegovo presenečenje ga je le-ta objel in ga prosil, naj nikoli več ne odide. Dejaj je, da je najboljši takšen, kot je. V gozd se je vrnilo veselje.*

Ko končamo, jih povabimo, da vsakdo pove, kakšen vtis je pravljica naredila nanj.

Po njihovih razmišljanjih nadaljuje vodja s pripovedovanjem, kako je bila ena izmed priljubljenih iger Boda tudi odtisovanje njegovega telesa v blatu. Včasih so se mu pridružile še druge živali. Prav zabavno je bilo ugibati, kateri odtis pripada kateri živali. Povabimo jih, naj tudi oni odtisnejo svoja telesa. Ker nimamo blata, bomo uporabili velike plakate in barvice. Razdelimo jih v pare in jim razdelimo velike plakate. Povabimo jih, da se eden iz para uleže na plakat, drugi pa ga obriše z barvico. Nato vlogi zamenjata.

Zaključek in evalvacija:

Ko pari z obrisovanjem končajo, jih prosimo, da naj pogledajo svoje obris in da naj v parih poskušajo najti vsaj 5 razlik med slikama in jih obkrožijo. Skupaj razmišljamo o tem, da so obrisi naših teles že na prvi pogled različni. Dlje kot se opazujemo, bolj lahko ugotavljamo, da je vsak enkratni. Ko končajo, jim vodja pove in razloži, da smo si med seboj vsi različni in da smo ravno zaradi teh razlik enkratni, edinstveni in neponovljivi in da se moramo teh razlik veseliti in se jih ne smemo sramovati. (Otroci lahko potem na kocu podarijo svoj odtis svojemu partnerju v spomin.)

IGRA KOMPROMISOV

Cilj:

Razumeti potrebo po sklepanju kompromisov.

Pripomočki:

Kopije vprašalnika na naslednji strani, pisalo

Velikost skupine:

5-20 udeležencev

Namen:

Namen igre je sklepanje kompromisov, da bi se bolje razumeli z drugimi ljudmi. Sklepanje kompromisov pomeni, da se dva najmeta na pol poti, da bi se sklenil kompromis, mora vsak malo popustiti. Nihče ne bo dobil vsega, vendar pa bo vsak dobil nekaj.

Potek:

Razložimo namen aktivnosti. Vsakemu udeležencu določimo partnerja (delo v parih). Razdelimo pripomočke med udeležence in jih poprosimo, da sodelujejo s partnerjem na način, da poiščejo možne rešitve za vsako od naštetih situacij.

Evalvacija (vprašanja za diskusijo):

- a.) Kaj pomeni skleniti kompromis?
- b.) Zakaj je pomembno, da znamo sklepati kompromise?
- c.) Se kdo spomni primera, ko je sklenil kakšen kompromis?
- d.) Kako se je ob tem počutil?
- e.) Kaj bi se zgodilo, če nikoli ne bi bili pripravljene skleniti kompromisa?

Navodila:

Pri vsaki situaciji s partnerjem poskušajta najti kompromisno rešitev. Rešitve napišita na zadnjo stran papirja.

1. Otrok bi se rad igral. Starši zahtevajo, da naredi domačo nalogo.
2. Družina obišče muzej. Oče si želi ogledati oddelek divjega zahoda, mati oddelek ročnih del in otrok oddelek prazgodovine.
3. Fant in dekle gresta v kino. On bi rad gledal komedijo, ona pa grozljivko.
4. V hiši je le ena kopalnica. Brat bi se rad prvi stuširal, saj gre ven s prijatelji, sestra pa bi se tudi rada prva stuširala, saj se ji mudi na tečaj.
5. Tanja bi za večerjo rada špagete, njena sestra Irena pa bi pico.
6. Oče bi rad, da gre sin za vikend z njim loviti ribe, sin pa bi rad šel surfat s prijatelji.
7. Davor bi rad povabil prijatelje k sebi na dom, njegov brat Mitja, pa hoče mir, da bi se lahko spočil.
8. Šef zahteva od svoje najboljše delavke, da dela do pozno zvečer, ona pa želi iti domov in preživeti večer z družino.
9. Sestri Tanja in Irena želita obe istočasno surfati po internetu na edinem hišnem računalniku.

POPLAVA

Cilji:

- izraziti in argumentirati svoje mnenje,
- istočasno poslušati druge,
- se usklajevati,
- učiti se sodelovanja.

Pripomočki:

- Seznam stvari na listu papirja.

Metoda:

Igra poteka tako da najdemo skupno rešitev.

Potek in izvedba:

Predstavljamo si da smo se znašli v naslednji situaciji:

Zaradi večdnevnega dežja je reka, ki teče blizu vašega doma, nevarno narasla. Po radiu slišite obvestilo, da se morate takoj izseliti. Časa imate le nekaj minut. Nekaj sosednih hiš je že poplavilo in reka še narašča.

V teh nekaj minutah, ki vam je preostalo, pa vendarle še imate nekaj časa, da rešite vsaj najnujnejše. Najprej vsak član sam izbere štiri stvari s spodnjega seznama in določi vrstni red. Nato se vsi člani skupine uskladijo med seboj, tako da dobijo na koncu enake predmete in enak vrstni red.

Kaj boste vzeli s sabo?

- torbo s šolskimi potrebščinami
- osebne dokumente
- nekaj hrane
- psičko z mladički
- čim več posode
- vse prihranke
- najljubše knjige
- Cezannovo sliko
- čim več oblačil
- album s fotografijami
- rokopis knjige, ki jo piše nekdo od vas
- toaletni pribor

Zaključek in evalvacij:

- Kaj je bil namen te vaje?
- Na kakšen način ste se usklajevali med seboj?
- Kaj vam je igra povedala o vas? Kaj o drugih?

Socialne spretnosti na ravni širše družbe

SKUPINSKO SLIKANJE

Cilji:

- Izraziti in oblikovati čustva.
- Spoznati pomen govora.
- Likovno interpretiranje lastnega počutja v skupini in razvijanje skupinske aktivnosti.

Potek:

Vsaka skupina dobi motiv (lahko je dodeljen s strani mentorja, v mojem primeru je bilo, da je vsaka skupina morala naslikati en letni čas (pomlad, poletje, jesen in zima, dobili so tudi velik kos papirja ter barvice. **Govorjenje ni primerno**, vsak od članov po svoji presoji prispeva k nastajanju skupinske slike. Sodeluje tako pogosto in s tistimi člani kot se njemu zdi primerno. Po končanem slikanju člani skupine še verbalno interpretirajo svojo sliko, če je to mogoče.

Papir naj bo tako velik, da lahko vsi člani skupine hkrati rišejo, le tako se ustvari skupinsko sodelovanje. Izkušnje kažejo, da pri slikanju prevladujejo prijetna občutja oziroma doživetja v skupini. Kljub temu, da se članom na začetku zdi delo težko, ga nato dobro opravijo.

Evalvacija:

- Kako ste se počutili, ko niste smeli uporabljati verbalne komunikacije?
- Česa ste se naučili o sebi?
- Česa ste se naučili o drugih?

GNEZDO

Cilji:

- izkušnja skupinske dinamike med izvajanjem naloge
- reševanje konfliktov in problemov
- timsko delo
- vodenje v skupini
- komunikacija v skupini

Potek:

Preden se igra začne nekje v prostoru, obesimo jajca tik pod strop oz. odvisno od višine stropa, na vrvico in pripravimo material (glej spodaj: Material). Obesimo toliko jajc kolikor je skupin in tako da so oddaljena drug od drugega, po možnosti tako da se skupine med seboj ne bodo videle. Manjše skupine (4-6 ljudi) peljemo k obešenemu jajcu in materialu ki smo ga pripravili pred začetkom.

V malih skupinah jim povemo navodila: Iz materiala ki ga imajo pripravljenega naj naredijo karkoli (gnezdo) tako, da bo jajce ko bomo odrezali vrvico priletelo varno na tla (ne da bi se razbilo). Za to imajo 20 minut časa. Lahko uporabijo ves material ki ga imajo na razpolago ali pa tudi ne. Pomembno je, da ne smejo ničesar dodati.

Po 20 minutah skupine predstavijo svoj izdelek, nekdo odreže vrvico (najboljše da mi) in vidimo, kako je gnezdo in ostalo, kar so v skupini naredili, opravilo svojo nalogo.

Material:

Za vsako skupino posebej: časopisni papir, škarjice, vrvica, selotejp, nekaj A4 in A3 listov ter flomaster.

Evalvacija:

Evalvacija je lahko v skupinah ali vsi skupaj: Udeležencem/učencem postavimo naslednja vprašanja:

- kako ste zadovoljni s svojim izdelkom?
- Kakšne različne vloge ste imeli v skupini?
- Ste imeli vodjo? Kako ste ga določili?
- Kako ste se dogovarjali kaj boste naredili?
- Ali ste vsi sodelovali?
- Kaj ste naredili?

- Česa niste naredili?
- Kako bi lahko izboljšali vaše delo v skupini?

VELIKANSKA KAČA

Cilji:

- Spoznavanje koristnosti skupnega dela in da omogoča zadovoljstvo.
- Razvijanje pripravljenosti za skupno delo in igro.
- Otroci postopno dojemajo potrebo, da pomagajo drugim.
- Navajati otroke, da osebne interese podrejajo interesom skupine in postopno prevzamejo odgovornost za uspeh in neuspeh skupine.

Potek:

Udeležence razdelimo po skupinah. Vsaka skupina dobi vrvico in komplet kartončkov, na katerih so napisani večkratniki števil (ena skupina večkratnike števila 3, druga 4...). Na vrvico morajo večkratnike števil po vrsti nanizati. Pomembno je, da je to skupno delo.

Evalvacija:

- Kako ste se počutili, ko ste nizali kartončke na vrvico?
- Kaj menite, kaj smo se pri tej igri naučili?
- Ste bili s skupino povezani?

GLASBA IZ TUJIH LOGOV

Cilji:

Spodbujanje zanimanja za glasbo drugih kultur in narodov, kljubovanje stereotipom in predsodkom o glasbi iz neevropskega sveta, zanimanje za druge narode, kulture, glasbo in jezike, upiranje etnocentrizmu v glasbi in drugim kulturnim izdelkom.

Potek:

Primeren trenutek za to igro je na začetku srečanja ali po premoru. Izberemo popevko iz manjšinske kulture ali z druge celine in jo predvajamo pred skupino. Skupini povemo, da bodo poslušali glasbo in da morajo uganiti, od kod je. Če ima glasba besedilo, naj si skupina poskuša predstavljati o čem govori. Glasba naj traja tri do štiri minute. Udeleženci se lahko pogovarjajo med sabo, ne smejo pa razkriti svojih ugibanj. Ugibanja lahko zapišejo.

Če je možno, udeležencem razdelimo prevod z besedilom na papirju. Udeleženci naj povedo, ali so bili presenečeni, ko so izvedeli, od kod je glasba, ali jim je bila všeč, ali in zakaj je bilo težko uganiti, od kod prihaja, itn. Če odgovorijo, da glasbe sicer ne poznajo, da pa jim je všeč, jih vprašaj, zakaj take glasbe niso poslušali prej. Ker je niso vrteli po radiu? Zakaj je ne vrtijo po radiu?

Ponudimo lahko še drugo različico izkušnje in najprej pokažemo glasbeni spot brez glasbe in samo na podlagi vizuelnega materiala poskušamo ugotoviti, za katero vrsto glasbe in iz katerega kulturnega okolja je. Katera različica se je udeležencem zdela lažja za prepoznavanje? Katere stereotipe prinašajo podobe?

Evalvacija:

Udeleženci spoznajo glasbo, ki je prej niso. Posredno izvedo tudi nekaj o kulturi in državi iz katere prihaja. Opozori se na stereotipe, ki veljajo za to vrsto glasbe ali narod (rasni, etnični, ...) in ki se prenašajo s pomočjo različnih medijev.

S KOM NA POT**Cilji:**

- Učenci razumevajo pomen strpnosti do ljudi, ki so drugačni, in do ljudi drugih narodov in narodnosti, beguncev, ilegalnih prebežnikov;
- učenci prepoznajo in imenujejo različne oblike nestrpnosti, ki se pojavljajo med nami;
- učenci se s pomočjo prebranih pripovedi svojih vrstnikov vživljajo v njihovo trpljenje in doživljajo njihove stiske;
- učenci znajo utemeljiti svojo izbiro ljudi, s katerimi ne želijo potovati v istem kupeju;
- učenci razvijajo sposobnost za prepoznavanje krivic, diskriminacije, stereotipov in predsodkov;
- učenci spoznavajo pomen pozitivnih odnosov med ljudmi.

Potek:

Z vlakom se odpravljáš na Kitajsko. Vožnja bo trajala cel teden. Potoval-a boš v spalniku, ki ga boš delil-a še s tremi potniki. Izmed sopdaj naštetih ljudi izberi tri, s katerimi bi najraje potoval-a skupaj v kupeju, in tri, s katerimi absolutno ne.

1. ženska, ki je HIV- pozitivna,
2. pobegli kaznjenelec iz Sierra Leone,
3. Rom,
4. cerebralni paralizirani,
5. alkoholizirani kitarist rock skupine iz Londona,
6. star in debel nemški turist,
7. operna pevka iz Milana,
8. ženska z nekajmesečnim dojenčkom,
9. slovenska gospodinja s psom,
10. dva slovenska policista,
11. madžarski humorist,
12. sicilijanski »poslovnež« z mrkim pogledom,
13. begunec s Kosova,
14. obritoglavec,
15. francoski kmet, ki zna le francosko,
16. Afričanka, ki prodaja tradicionalen nakit,
17. ruska prostitutka, ki živi v Berlinu,
18. rap glasbenik iz New Yorka, ovešen z zlatom,
19. starejša gospa, ki komaj čaka, da začne s tabo pogovor,
20. duhovnik

Evalvacija:

Učenci povedo o svoji izbiri. Primerjamo rezultate in se pogovarjamo o tem, kateri dejavniki so vplivali na odločitev o izbiri. Pomenimo se o stereotipih, ki so se porajali ob seznamu potnikov; ali se stereotipi skrivajo že v samih opisih potnikov ali zgolj v naših glavah oziroma domišljiji. Razmišljamo, kako bi se počutili, ko se nihče ne bi hotel peljati z nami.

SORODNE BESEDE

Cilji:

Pri tej igri je pomembno, da se znamo hitro odločati, spoštovati pravila, znati zmagati, prenesti poraz

Potek:

Število udeležencev je poljubno. Igra se začne, ko eden izmed udeležencev, izreče prvo besedo in mora drugi v 4 sekundah najti novo besedo, ki je v tesni povezavi z njo.

Računalnik: disk, tipkovnica, ekran, miška, procesor, Apple....) npr ne pride v poštev pisalni stroj, ker ni v tesni povezavi z računalnikom.

Tenis. Lopar, mreža, igralec, komolec, set, Navratilova, teniske itd... ne pride v poštev npr nogomet, ker ni v tesni povezavi s tenišom.

Pravila je potrebno določiti in dogovoriti in da je posameznik iz igre izključen če:

- Si vzame preveč časa za razmislek
- Ponovi besedo, ki je že bila povedana
- Pove besedo, ki ni v tesni povezavi in sorodna prvi besedi
- Pove dve besedi ne le ene

Igra traja toliko časa, da ostane samo še en igralec. Če so igralci izenačeni ali igra traja predolgo se postavijo še dodatna nova pravila npr. da je potrebno odgovoriti v 2 sekundah.

Evalvacija:

Ob koncu igre vsakega izmed udeležencev povprašam kako se počuti, ko je bil izločen? Ali je bilo težko upoštevati pravila? Ali bi jih mogoče spremenil? Kakšne občutke ima ob porazu oz. ob zmagi?

DOBRO V NAS

Cilji: Iskanje pozitivnih lastnosti v ljudeh in razvijanje pozitivne samopodobe.

Potek: Vsak od udeležencev iz lista papirja izdelava harmoniko. Na zgornji trak zapiše svoje ime in priimek in harmoniko preda svojemu levemu sosedu. Ta napiše na naslednji trak eno lepo lastnost tistega, čigar ime je na vrhu. Harmonika naj bo vedno zložena tako, da se ne vidi, kaj je napisal naš predhodnik. List potem kroži tako, da vsak zapiše eno lepo lastnost za vse ostale člane. Na koncu vsak dobi svoj list z mnogimi kvalitetami, ki jih ostali vidijo na njem.

Evalvacija:

Po končani igri se pogovorimo:

- Kakšen je bil namen te vaje?
- Ali je bilo težko najti za vsakega sošolca nekaj pozitivnega?
- Kako ste se počutili, ko ste pisali vsa ta lepa sporočila?
- Kako se počutite, ko rečete komu kaj neprijaznega, nesramnega?
- Kako se počutite sedaj, ko ste o sebi prebrali same lepe stvari?

»JAZ SEM..., TI SI ZLATO SONCE«

Cilji:

- udeleženci vzpostavijo komunikacijo ter osebni stik,
- spoznajo, da moramo biti pozorni do vsakega posameznika in paziti, da ga ne izločimo, vsak naj pride na vrsto,
- zavedajo se, da ima vsaka igra pravila, ki jih moramo upoštevati,
- spoznajo, da se ob igri zabavamo in tudi marsikaj naučimo,
- spoznajo, da se ne kregamo in posmehujemo tistemu, ki se zmoti,
- udeleženci se motivirajo za delo,
- navajajo se na poslušanje.

Metoda dela: igra, didaktični razgovor

Potek:

Udeleženci sedijo v krogu. Vsak udeleženec se predstavi po imenu in si skuša zapomniti imena sošolcev oziroma ostalih udeležencev. Učiteljica oziroma vodja skupine pove svoje ime, pogleda soseda in mu reče, npr.: »JAZ SEM MARIJA, TI SI ZLATO SONCE!« Sosed nadaljuje: »TI SI MARIJA, JAZ SEM MATEJ, TI SI ZLATO SONCE!« Z igro nadaljujemo, dokler ne pridejo vsi na vrsto.

Evalvacija (vprašanja za razgovor):

- Smo prišli vsi na vrsto?
- Kdo je najbolj utrujen in zakaj?
- Je bilo prijetno?
- Je kdo žalosten in zakaj?
- Smo bili dovolj pozorni drug do drugega?
- Kdo se je najbolj motil?
- Se lahko nanj jezimo in ga žalimo?
- Zakaj ne?
- Smo upoštevali pravila igre?

BODI MOJ TIP

Cilj:

Spodbujamo povezanost med člani skupine, razvijamo občutek pripadnosti, učencem omogočamo uspeh pri reševanju naloge.

Potek:

Določimo oziroma prosimo enega učenca za sodelovanje in mu damo nalogo, da se spomni ene kategorije v katero bi razvrstil učence v razredu. Na primer: vsi, ki imajo dolge lase, tisti, ki imajo radi športno vzgojo... Učenec ne razkrije, za katero kategorijo se je odločil, temveč pokliče tri učence iz razreda, ki ustrezajo tej kategoriji in ti izbranci se postavijo pred razred. Učenec voditelj vse preostale vpraša, če menijo, da spadajo v to skupino. Ti mu odgovarjajo z »da« ali »ne«, on pa jim pritrди oziroma jih popravi, če so ocenili napačno. Tisti z »da« se priključijo trem pred tablo, tisti z »ne« ostanejo na mestu. Ko je učenec voditelj vprašal vse učence, tisti, ki so ostali na mestu, ugibajo kaj je pravilna kategorija.

Evalvacija:

Pogovor: Kako ste se počutili med igro? Kako ste se počutili, ko vas je nekdo razporedil na podlagi vaših lastnosti? Ste se čutili povezani s skupino kateri ste pripadali? (Raffini, 2003)

REŠEVANJE KONFLIKTNE SITUACIJE PREKO IGRE VLOG**Cilji:**

Člani se učijo vedenja oziroma reakcij v konfliktni situaciji

Potek:

Učencem razdelimo različne konfliktno situacije. Le ti jih v parih poskušajo odigrati.

Pri tem lahko uporabimo več različnih postopkov:

- listke z imeni učencev izžrebamo in dobimo par, nato jim izžrebamo še neko konfliktno situacijo. Imamo par in problem.
- določimo pare ali si par izberejo sami. Podamo jim napisan scenarij. Možnosti izvedbe načina lahko pač poljubno kombiniramo. Pri tem lahko dodamo tudi vsebinsko isti konflikt, pri čemer določimo stil obnašanja. Avtorski , ki vodi k zaostrovanju konflikta, ali demokratičen, ki vodi k reševanju konflikta.

Ostali učenci poslušajo reševanje določenega problema in ga analizirajo. Posamezne konfliktno situacije so lahko različne, namišljene, izpostavljeni problemi, ki se dejansko lahko dogajajo v razredu. Primeri:

- učenec se pritoži zaradi ocene
- učitelj se pritoži zaradi grdega vedenja učenca
- učenec se pritoži zaradi grdega vedenja sošolca
- gost v restavraciji zavrne hladno juho
- oče se ne strinja, da se sin vozi z motorjem brez izpita(motor je izposojen)
- mama poskuša hčeri povedati, naj se drži dogovorjene ure prihoda domov
- soseda se sporečeta zaradi psa
- fant želi končati prijateljstvo s svojo punco

Evalvacija:

Ta socialna spretnost se zdi učencem zanimiva, večkrat se zgodi, da glavna igralca pritegneta ostale člane. O nastalih situacijah se pogovorijo, jih komentirajo. Izpostaviti je treba pozitivne in negativne izkušnje iz konflikta, se o njih pogovoriti, saj je za učence to koristno, ker lahko uporabimo rešitve nastalih situacij v vsakdanjem življenju. S temi vajami jih lahko tudi postavimo pred dejstva kjer pomembna je komunikacija, medsebojen odnos, možnost posledic, strpnost, razumevanje za soljudi in njihove težave.

ZEMLJEVID**Cilj/i:**

Socialna igra »Zemljevid« spada med spoznavne igre. Namen te igre je torej spoznavanje udeležencev v skupini. Predvsem jih uporabljamo na začetku določenih aktivnosti ali obdobj (npr. na začetku šolskega leta, taborjenja, tečaja, izobraževanja), lahko pa služi samo za sprostitiv. Uporabimo jo med osebami, ki se dalj časa niso videle med sabo ali pa se te še ne poznajo dovolj dobro.

Cilji te socialne igre so:

- pomoč učencem, da se čim boljše spoznajo med seboj,
- otresanje zadržanosti, inhibiranosti ter strahu pred javnim nastopanjem (npr. govorjenjem pred razredom),
- dejavnost lahko uporabimo kot priložnost, da učenci spregovorijo sami o sebi,
- preprečiti nastajanja podskupin in s tem uveljavljanje povezav med učenci v skupini,
- opogumiti sodelujoče, da se zavedajo svojih vtisov, čustev in pričakovanj do skupine/razreda,
- uporabnost vaje kot specifična veščina,
- razredna nagrada.

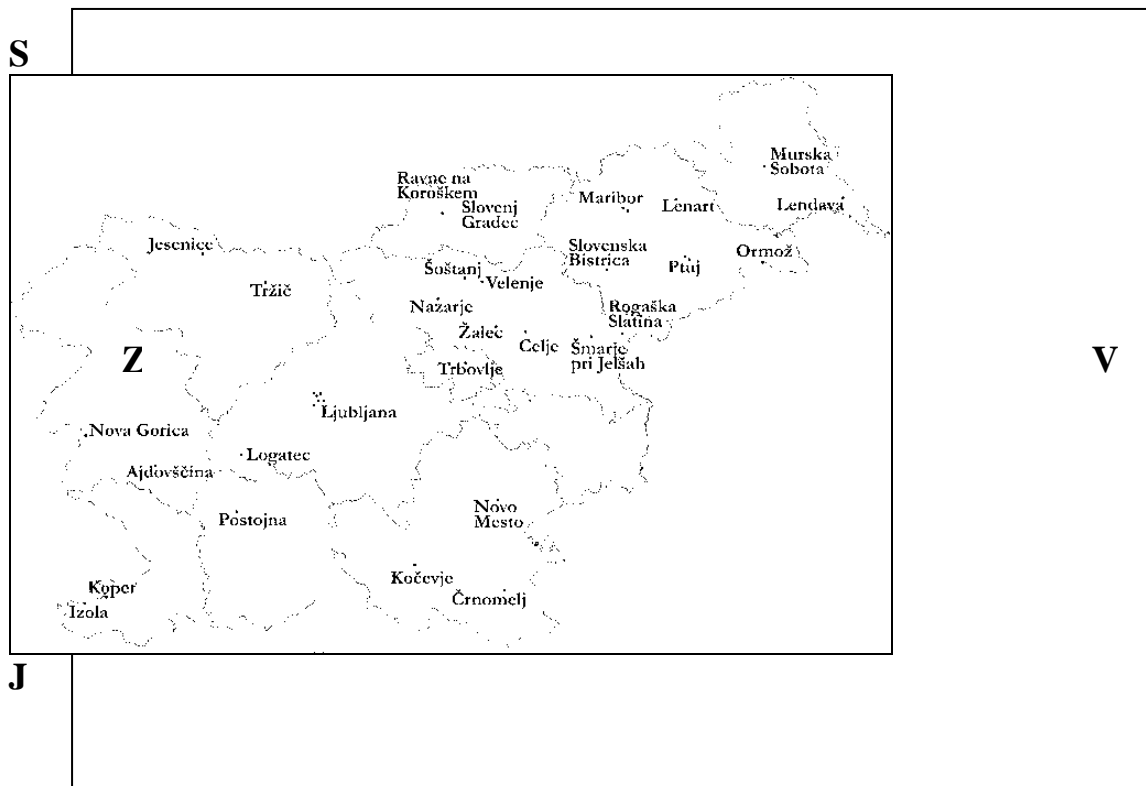
Potek:

Ker sem po izobrazbi geografinja, lahko to socialno igro uporabim pri učni uri geografije. Učitelj ali voditelj skupine na tablo ali plakat nariše pravokotnik ali kvadrat, ki ponazarja prostor v katerem se nahajajo. Nato določi štiri strani neba in jih zapiše na tablo ali plakat v prej narisano grafično skico. Kot pripomoček lahko uporabi kompas, da določi strani neba. Predhodno se odločimo kakšno geografsko območje predstavlja skiciran grafični lik. Odločili smo se, da grafični lik predstavlja Slovenijo, ki jo učitelj lahko po želji obriše znotraj pravokotnika/kvadrata. Znotraj obrisa Slovenije nariše nekaj točk/pik, ki označujejo večje kraje/mesta Slovenije. Imena večjih krajev lahko tudi zapiše. Zatem udeležence pozove, da se postavijo na tisti del sobe, ki geografsko ustreza mestu, kraju, od koder prihajajo. Ker vseh naselij ni mogoče narisati na tablo/plakat (zaradi nepreglednosti), učitelj naprosi učence, da se postavijo k tisti točki/mestu, ki je njihovemu kraju najbližje. Seveda to storijo v prostoru, kjer se nahajajo. Ko se postavijo, vsak posebej pove, od kod prihaja. Te kraje učitelj zapisuje na tablo. Dodatno lahko učitelj ali celo učenec sam vriše kraj bivanja v narisano grafično sliko, ki ponazarja karto Slovenije. Obenem učitelj naprosi učence, da vsakdo zase pove nekaj značilnosti, zanimivosti ali posebnosti kraja od koder prihajajo.

Opomba:

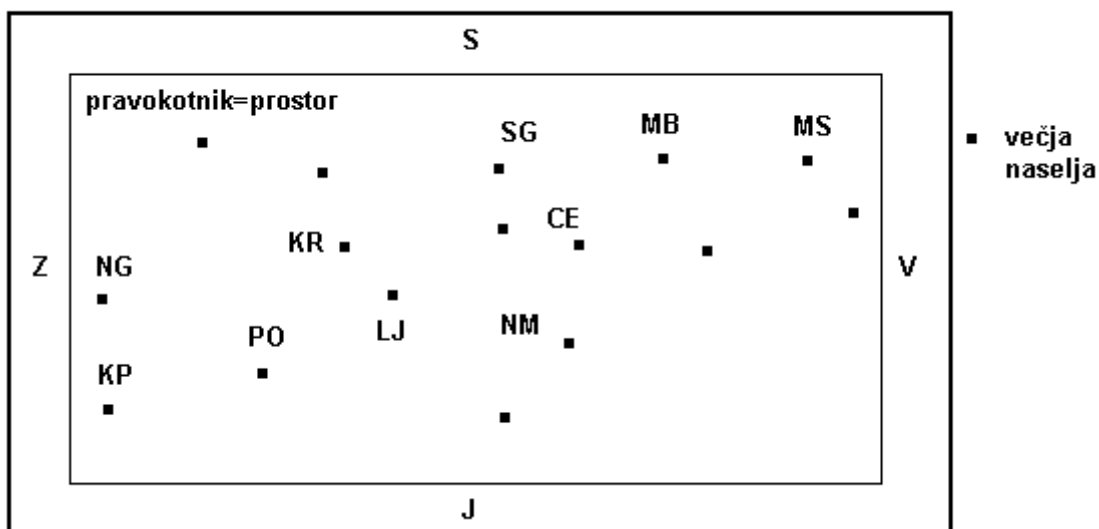
- Če socialno igro izvajamo v osnovni šoli, v katero hodijo učenci iz neke občine (ali nekaj občin), torej z ožjega lokalnega območja, potem učitelj nariše grafični lik, kateri prostor/učilnica ponazarja neko manjše geografsko območje (ene ali več občin).
- Če socialno igro izvajamo v srednjih šolah, ki po navadi zbirajo dijake iz neke širše regije, potem grafični lik prostora ponazarja neko regijo.
- Če socialno igro izvajamo na fakultetah in drugih vzgojno-izobraževalnih ustanovah, ki so razpršene po celotni državi (razen OŠ in SŠ) in jih obiskujejo študentje iz različnih krajev Slovenije, potem grafični lik prostora ponazarja državo Slovenijo.

Primer ponazoritve vaje:



Ali poenostavljeno:

Tabla/plakat



Evalvacija:

Po končani aktivnosti, učence povprašamo:

- Ali jim je bila socialna igra »Zemljevid« vseč? Kaj bi še želeli dopolniti pri tej igri?
- Kaj so odnesli od te dejavnosti? Kaj so se novega naučili? Zakaj je ta igra »dobra«?
- Kako so se počutili, ko so pred vsemi predstavljali svoj kraj?
- So ponosni na svoj kraj?
- So bili začudeni, morda presenečeni, ko je nekdo izmed udeležencev/učencev povedal nek (nov) kraj za katerega še niso slišali?
- Koliko novih krajev so si uspeli zapomniti?
- So bili pripravljeni poslušati svoje sogovorce/sošolce ob pripovedovanju opisa kraja bivanja?
- Katere druge teme, namesto geografskih, še lahko uporabimo, ko apliciramo ponazoritev »štirih kotov«? Ob tem jim lahko učitelj pomaga z namigi (npr. najljubši šport, najljubša TV oddaja, zanimanje in hobiji, najljubša hrana, najljubše knjige, ...).

»PREBIJANJE LEDU«

Cilj:

- Vedenjski: člani bodo v skupini spregovorili z odgovarjanjem na neposredna vprašanja in razkrivali same sebe z odgovarjanjem na neposredna vprašanja;
- Kognitivni: člani bodo okrepili razvoj skupinske identitete z izmenjavanjem osebnih informacij v strukturirani obliki in povečali zavest o samem sebi in drugih z izmenjavo povratnih informacij.

Pripomočki:

- Navodila za vodjo skupine, vodja bere vprašanja, vsak član odgovori na vsako vprašanje;
- Po osmih vprašanjih vodja pozornost skupine usmeri v »tukaj in zdaj« in ne potrebuje posebnega zaključka.

Komentar:

Ta vaja je dobra za sveže oblikovano skupino ali skupino z novimi člani. Uporablja se tudi za usmeritev skupine po nekajkratnih intenzivnih seansah – po njej se da lažje zadihati.

Navodila za vodjo skupine »prebijanje ledu«:

Ta vaja nam bo vsem pomagala, da izvemo kaj več drug o drugem. Če se zdaj vsi še ne poznamo dobro, se bomo na koncu današnje vaje že kar poznali. Tisti, ki pa se že nekoliko poznamo, se bomo verjetno drug o drugem naučili nekaj novega.

Vodja postavlja vprašanja, vsak član skupine pa bo odgovoril na zastavljeno vprašanje. Odgovarjali boste drug za drugim, v krogu. Vsak mora odgovoriti na vsako vprašanje, če kdo potrebuje nekaj časa za razmislek, naj to pove in ga bomo preskočili, kasneje pa se bomo vrnili k njemu.

Pozorno poslušajte odgovore vsakogar v skupini. Zapomnite si, vsak član naše skupine je pomemben.

Vprašanja:

1. Kateri je najboljši film, ki si ga videl/a?
2. Kdo je najpomembnejši človek, ki je živel v času, odkar si se ti rodil/a?

3. Če bi bil/a namesto človeka žival, katera žival bi bil/a in zakaj?
4. Kateri je bil najboljši dan v tvojem življenju?
5. Kateri je tvoj najzgodnejši (prvi) spomin v življenju?
6. Kaj te najbolj skrbi?
7. Kaj si želiš početi čez pet let?
8. Če bi imel/a milijon €, kaj bi naredil/a s tem denarjem?
9. Kaj ti v tej skupini ni všeč in zaradi česa si rad/a v tej skupini?
10. Ena od stvari, ki jo imajo ljudje pri tebi najraje je...Ena od stvari, ki jo imajo ljudje pri tebi najmanj radi je...?
11. Tvoja najljubši pevec, pevka ali skupina je...?
12. Tvoj najljubši letni čas je...zakaj?
13. V tej skupini o sebi najtežje pripoveduje...
14. Danes sem se največ naučil/a o ...iz te skupine.
15. V tej skupini mi je najbolj podoben...v tej skupini mi je najmanj podoben...
16. Oseba v tej skupini, s katero bi lahko najdlje preživel/a na samotnem otoku je...zakaj?
17. Oseba v tej skupini, ki v življenju najbolj uživa, je ...zakaj?
18. Oseba v tej skupini, o kateri bi rad/a izvedel/a kaj več, je...
19. Oseba v tej skupini, ki se je malce bojim, je...zakaj?
20. Tisto, kar bi se rad/a v tej skupini naučil/a je...(Carrell 2000, 45)

Pri tej vaji posebnega zaključka ni, lahko pa se diskutira o tem, kako se spoznavamo med seboj, kaj smo novega spoznali o posamezniku, s kom smo si podobni, s kom ne moremo sodelovati, kaj se lahko naučimo od drug drugega...

POIŠČITE TISTE, KI JIM PRIPADATE

Cilji:

- pripomoček pri oblikovanju lastne identitete
- komunikacija s samim seboj in drugimi
- vstopanje v zadovoljive odnose
- sprejemanje drug drugega in drugačnosti
- sprejemanje in dajanje povratnih sporočil
- reševanje konfliktov

Potek:

V košarico damo kartončke v štirih različnih barvah. Udeležence pozovemo, da si vzamejo vsak po en kartonček. Predavatelj vsak kot prostora/predavalnice označi z eno izmed uporabljenih barv na kartončkih, ta kot predstavlja »zaklonišče«. Predavatelj udeležencem razloži, da se bo kmalu oglasila sirena, ki označuje nevarnost. Po znaku sirene si morajo vsi udeleženci poiskati skupine in oditi v ustrezno zaklonišče.

Igro lahko tudi malo začnimo tako, da damo v košaro tudi nekaj kartončkov druge barve, ki ne ustrezajo nobeni skupini ravno tako ne označimo zaklonišč. Predavatelj da udeležencem preprosta navodila, naj si poiščejo svojo skupino in najdejo skupno zaklonišče.

Prostor, kjer dogajanje poteka, mora biti dovolj velik, da omogoča gibanje. V igri lahko sodeluje 20 do 30 udeležencev.

Pripomočki: košarica, barvni kartončki.

Evalvacija:

Krožni pogovor:

- Kaj se je dogajalo z vami po znaku alarma?
- Kako ste se počutili, ko so vas sprejeli v skupino?
- Kako so se počutili tisti, ki jih nihče ni hotel sprejeti v skupino?
- Ali je katera od skupin vseeno sprejela tiste, ki niso imeli ustreznega znaka?
- Kaj pomeni biti sprejet v neko skupino, kaj pa biti izključen (zavržen)?
- Kdo je tisti, ki odloča kdo je drugačen?
- Kako se počutite, kadar se obeleženi kot drugačni?
- Ali ste že kdaj doživeli takšen občutek?

IGRA POHVAL**Cilj:**

Povedati na glas pozitivne lastnosti druge osebe in se naučiti sprejemati pohvale

Pripomočki:

Kopije vprašalnika na naslednji strani, pisalo

Velikost skupine:

2-10 udeležencev

Potek:

Razložimo namen aktivnosti. Razdelimo pripomočke med udeležence. Izberemo eno osebo iz skupine, ki bo sedela na stolu pohval. Vsi ostali udeleženci bodo sedeli v polkrogu nasproti stola pohval. Podobno kot je oblika podkve. Vsak udeleženec bo povedal eno pozitivno lastnost o osebi, ki sedi na stolu pohval. Oseba, ki sedi na stolu pohval pa mora zbrano poslušat vse pozitivne stvari, ki jih je slišala o sebi in jih poskuša ponoviti. Izpostaviti mora eno pozitivno lastnost ki jo ima. Dovolimo, da vsi udeleženci pridejo na vrsto na stol pohval. Nato odgovorimo na vprašanja na priloženem vprašalniku.

Evalvacija:

Vprašanja za diskusijo:

1. Zakaj je pomembno povedati na glas pozitivne lastnosti o drugih?
2. Kako se počutite ko nekdo govori negativno o vas?
3. Kako ste se počutili, ko so drugi govorili pozitivne lastnosti o vas?
4. Kaj ste se naučili o sebi?
5. Kaj ste se naučili o svojih vrstnikih?

Priloga:

Ime in Priimek _____

Datum _____

SOCIALNE INTERAKCIJE IN POHVALE

Navodila: Izberemo eno osebo iz skupine, ki bo sedela na stolu pohval. Vsi ostali udeleženci bodo sedeli v polkrogu nasproti stola pohval. Podobno kot je oblika podkve. Vsak udeleženec bo povedal eno pozitivno lastnost o osebi, ki sedi na stolu pohval. Oseba, ki sedi na stolu pohval pa mora zbrano poslušat vse pozitivne stvari, ki jih je slišala o sebi in jih poskuša ponoviti. Izpostaviti mora eno pozitivno lastnost ki jo ima. Dovolimo, da vsi udeleženci pridejo na vrsto na stol pohval.

Napiši vse pozitivne pohvale, ki so bile izrečene o tebi, na črte poleg podkvice.



TI SI DOBRA OSEBA

Napiši svoje ime tukaj: _____

Kako ste se počutili, ko so stvari o tebi?

udeleženci v igri govorili pozitivne

Kako ste se počutili, ko ste na glas povedali pozitivne lastnosti o drugih ljudeh?

POSLUŠANJE

Cilji:

Učenci se navajajo na pozorno poslušanje in zanimivo pripovedovanje.

Odigrajo vlogo dobrega poslušalca

Izražajo svoje občutke

Potek:

Polovica učencev ostane v predavalnici. Dobijo nalogo, da razmislijo o tem, kaj se jim je lepega zgodilo v življenju, (npr. opisujejo najlepší trenutek, najlepše obdobje svojega življenja,). Druga polovica učencev zapusti predavalnico. Zunaj dobijo navodila, da čim bolj pozorno poslušajo pripoved.

Poslušalci morajo nato ponoviti pripoved. Skupini zamenjata vlogi, s to razliko, da so poslušalci slabi, celo moteči. Učenci izražajo občutke.

Evalvacija:

Pazljivo poslušanje, je izhodišče za uspešno komunikacijo, je pogoj za sodelovanje v skupini in doseganje konsenza. Zmožnost empatije in izražanja spoštljivega in pozitivnega odnosa do ljudi ni mogoče brez pazljivega poslušanja.

Pazljivo poslušanje je temeljni pogoj za konstruktivno reševanje konfliktnih situacij.

JEKLENI KROG

Temi

- Odnosi med večino in manjšino
- Socialni in politični mehanizmi, ki delijo družbo

Cilji :

- Občutimo na lastni koži, kako je , če smo del večine oziroma manjšine
- Razčlenimo strategije, ki jih uporabljamo, da nas večina sprejme++
- Kdaj bi bili radi del večine, kdaj manjšine

Čas

- 40 minut
- Velikost skupine
- 6-8 ljudi v krogu

Pripomočki

- papir in svinčniki za opazovalce
- ura oziroma štoparica

Potek:

- Razdeli skupino na manjše skupine , od 6 do 8 ljudi.
- Vsaka skupina naj izbere enega » opazovalca« in enega » izobčenca«.
- Člani skupine naj se v krogu z rameni stiskajo tako močno , da ni med njimi nobenega prostora.
- »Izobčenec se mora zriniti v krog , drugi pa mu skušajo to preprečiti.
- Opazovalec si zapisuje strategije tako »izobčenca« kot igralcev v krogu in meri čas.

- Po dveh ali treh minutah se »izobčenec », tudi če mu ni uspelo priti v krog , pridruži drugim , zamenja ga drug igralec . Igre je konec, ko vsi pridejo na vrsto kot »izobčenci«.

Povzetek in ocena

- Pogovarjajte se, kaj se je dogajalo in kako so se počutili.
- Začni z vprašanji :

- Kako si se počutil, ko si bil del kroga?
- Kako si se počutil, ko si bil »izobčen«?
- Se tisti , ki jim je uspelo predreti krog, počutijo drugače kot tisti, ki jim ni uspelo?

Vprašanja za opazovalce

- Kakšno strategijo so uporabljali »izobčenci«
- Kaj so počeli igralci v krogu, da se »izobčenci« ne bi zrinili v krog?
- Potem vprašaj vse:
- Kdaj ti v vsakdanjem življenju godi , da si »izobčenec« oziroma manjšina in kdaj ceniš, da si del skupine oziroma večine?
- Katere skupine v naši družbi so najmočnejše in katere najšibkejše?
- Krog je v družbi simbol privilegijev ,denarja, moči, dela, stanovanja. Kakšne strategije uporabljajo manjšine, da bi se dokopale do teh virov? Kako si večina ohranja status?

Nasveti za vodjo

- Pametno je , da daš opazovalcem konkretna navodila, na kaj naj pazijo :
- Kako se igralci v krogu pogovarjajo med seboj in kako z izobčencem?
- Kaj vse počnejo , da izobčenca ne bi spustili v krog?
- Kaj pravi izobčenec ?
- Kaj počne izobčenec?
- Ta igra zahteva od vseh veliko energije . če so odnosi v skupini dobri , praviloma ne bi smelo prihajati do nasilja.
- Še pred oceno je priporočljivo, da se skupina sproščeno pogovori o tem , kaj se je dogajalo.
- Če je skupina tako velika , da lahko igra več krogov , lahko že na začetku poveš, naj si vsaka skupina izbere ime. To bo okrepilo občutek pripadnosti. Igrate lahko tako , da se izobčenec vedno pride iz druge skupine. Na koncu vsakega kroga se izobčenec vrne v svojo skupino ne glede na to, ali se mu je uspelo zrinuti v krog ali ne. Tudi to poudarja občutek osamljenosti, namreč občutek , da si izobčen.

Evalvacija:

- Udeleženci naj povedo, kako bi se lahko bolj zavedali svojega vedenja in kdaj nehote izločijo koga iz skupine. Ali so , na primer, v krajevne skupnosti, društva in organizacije res vključeni predstavniki z vseh področij krajevne skupnosti? Ali bi se lahko vključil , če bi se hoteli? Zakaj se ne vključijo? Razmislimo o tem , kaj bi lahko storili, da bi res vsakdo imel možnost sodelovati .
- Potem,ko smo spoznali, kako delujejo mehanizmi izločanja, in se vprašali, zakaj izključujemo ljudi, ki so drugačni.

VERIŽNA ZGODBA

Cilji:

V vsakdanjem življenju smo priče »poplavi« informacij in zgodb, nad katerimi praktično nimamo nadzora. Le redko se ustavimo in premislimo kaj je s kakšno informacijo ali zgodbo narobe. Je pa prav prava informacija eden pomembnih elementov tega kako v družbi delujemo. Eden glavnih ciljev te socialne igre je opazovanje vzrokov, zaradi katerih se lahko neka informacija popači.

Potek:

Učenci se zberejo v krogu, nekaj učencev, recimo 3 do 5, jih prostor zapusti. Nekdo od tistih, ki so ostali v prostoru, pove ali prebere kratko zgodbo. Namesto zgodbe lahko pogledamo tudi kak kratek film ali video. Vsebina zgodbe ali filma je poljubna. Če je vsebina kakorkoli povezana s kakšnim aktualnim družbenim problemom, je to lahko tudi svojevrstna nadgradnja igre in lahko potem služi kot dobro izhodišče za nadaljnjo razpravo. Ko so se učenci v razredu seznanili z zgodbo pokličejo nazaj v prostor prvega od učencev, ki so ta čas preživeli zunaj učilnice. Temu nekdo od tistih v prostoru interpretira zgodbo kot si jo je zapomnil. Ta potem zgodbo pove naslednjemu, ki vstopi. To teče toliko časa, dokler ne pridejo vsi učenci nazaj v učilnico. Končno verzijo zgodbe nato primerjamo z originalom. Nadgradnja igre lahko vključuje tudi iskanje izvira predstavljene zgodbe in ugotavljanja »šuma«, ki ga vsebuje že sama izvirna zgodba.

Evalvacija:

Končna verzija zgodbe je navadno popačena. Z učenci se učitelj skuša pogovoriti o vzrokih. Ti so lahko: subjektivna interpretacija, nepozorno poslušanje, informacija ni bila sprejeta na način kot je predvideval oddajnik itd. Preveri se lahko tudi samo zgodbo in kako je sama povzela predstavljeno sporočilo, pri tem lahko steče debata o novinarski objektivnosti in subjektivnosti, o percepciji posredovanih sporočil in nenazadnje o stranpoteh medsebojne komunikacije, ki je lahko hitro po krivici speljana v drugačne okvirje, kot so bili dejansko zamišljeni.

«BLAGOVNA ZNAMKA»

Cilj:

Cilj je izzvati udeležence z dejstvom, da če lahko pripravijo atraktivno reklamo za nekaj popolnoma nezanimivega, potem pri predstavitvi sebe ne bi smeli imeti težav (npr. iskanje zaposlitve).

Pripomočki: list, pisalo.

Potek:

Udeleženci se razdelijo v 2 skupini. Vsaki skupini povemo, da je dobila npr. 10.000 rabljenih pralnih strojev, ki jih morajo prodati in v ta namen pripraviti 30 sekundno reklamo za TV. Za izdelavo imajo 5 minut časa. Sledi predstavitev reklam obeh skupin. Moderator naj poudari, da je cilj prodati pralne stroje – reklama naj bo zanimiva, pritegniti mora kupca.

Evalvacija:

Vprašanja:

- Kako tržimo sami sebe?
- Kakšen učinek mora imeti reklama?
- Kako ste se lotili naloge?

RIBA ZA MISEL

Cilji:

Vedenjski:

- Vadili bomo samo-razkrivanje z glasnim zaključevanjem nedokončanih stavkov pred skupino.

Kognitivni:

- Povečali bomo samozavedanje z glasnim, spontanim zaključevanjem nedokončanih stavkov.

Potek:

Pripomočki: Izrezani nedokončani stavki in škatla ali nekaj podobnega. Vsak član je na vrsti za ribarjenje – izbere en stavek iz škatle. Na glas prebere nedokončan stavek in ga pred vsemi dokonča. Po vsakem zaključenem stavku sledi razprava, dokler se vodja ne odloči, da je čas za naslednjega ribiča.

Košaro ali škatlo s nedokončanimi stavki lahko okrasimo in si podajamo od člana do člana. Naloga vodje je, da spodbuja razpravo ob danih odgovorih. Pazimo na čas, saj je kljub temu, da je spontana interakcija idealna, treba zagotoviti, da na vrsto pridejo vse člani skupine. Dajanje povratnih informacij in razpravo poskušajmo spodbuditi z zastavljenim vprašanjem po tem, ko nekdo dokonča stavek. Vprašate lahko: »Kaj pa misliš ti o tem, Alenka?« ali »Si presenečen nad Alenovim odgovorom, Janez?« ali »Ali ima kdo kaj pripomniti k Janinemu odgovoru?«.

Nedokončani stavki so zastavljeni tako, da spodbujajo podajanje vsebin, s katerim se član razkriva ostalim. Slog posameznega terapevta pa določa kako bodo te vsebine uporabljene.

Vprašanja, ki so v škatli:

1. Najbolj se bojim...
2. Ko me drugi ponižujejo...
3. Pri ljudeh najmanj zaupam v...
4. Razjezim se, ko nekdo...
5. Stvar, ki mi pri meni zares ni všeč, je...
6. Žalostno se počutim, ko...
7. Želim si, da bi moji starši vedeli...
8. Rad/a bi, da bi oseba, s katero se bom poročil/a...
9. Ko mi je všeč nekdo, ki me ne mara...
10. Če bi se moral/a označiti za pasivno ali agresivno osebo, bi...
11. Najtežja stvar pri tem, da si ženska/moški, je...
12. Obleke, kakršne nosim, nosim zaradi...
13. Všeč mi je, da sem v tej skupini, ker...
14. Ko se drugi ljudje do mene vedejo tako kot moji starši...
15. Eden od mojih najbolj bolečih otroških spominov je...

16. Stvari od mojih najbolj strašnih spominov je...
17. Ena od mojih dobrih osebnostnih značilnosti, ki mi je najbolj všeč, je...
18. Oseba v tej skupini, s katero se počutim najbolj varno, je... ker...
19. Ko se nekdo, ki mi je všeč, ne strinja z mano...
20. Ko ne maram nekoga, komur sem všeč...
21. Rad/a imam...
22. Najbolj srečen čas...
23. V šoli...
24. Ni mi uspelo...
25. Potrebujem...
26. Najboljši/a sem, ko...
27. Sovražim...
28. Ta prostor...
29. Edina težava...
30. Na skrivaj...
31. Plesanje...
32. Ne moren razumeti, zakaj...
33. Zdi se, da gre po moje, kadar...
34. Najboljša stvar, ki bi se lahko zgodila moji družini, je...
35. Najboljša stvar, ki bi se lahko zgodila meni, je...
36. Ena najtežjih stvari zame je...
37. Ko se postavim sam/a zase, ljudje...
38. Če bi lahko spremenil/a eno stvar na sebi...
39. Stvar, ki jo pri ljudeh najbolj cenim, je... ker...
40. Od drugih ljudi najbolj potrebujem...

Evalvacija:

Mladostniki imajo to vajo radi iz več razlogov. Prvi je fenomen »biti na odru«, česar si mladostniki tako zelo želijo in obenem bojijo. Zavedanje, da bodo neznani stavek morali dokončati s hitrim odzivom, še poveča njihovo pričakovanje. Drugi razlog pa je to, da vaja lahko odkrije teme, ki jih v drugačni situaciji zaradi neprimerne uvoda vodje mladostniki skupini ne bi zaupali. Vaja je primerna tudi za odrasle, ki obiskujejo kakšna izobraževanja ali tečaje. Na tak način se lahko boljše spoznajo in izmenjajo kakšne zanimive informacije.

VLOGE PREŽIVETJA V DRUŽINI: PSIHODRAMA

Cilji:

Vedenjski:

Člani bodo:

- sodelovali v strukturirani psihodrami,
- razpravljali o svoji družini in jo primerjali s tisto, prikazano v psiho-drami,
- identificirali vloge, ki jih igrajo v svojih družinah.

Kognitivni:

Člani bodo:

- pridobili zavest o družini kot sistemu,
- pridobili razumevanje družinske dinamike v disfunkcionalni družini,

- okrepili razumevanje dinamike lastnih družin,
- okrepili samozavedanje.

Metoda:

Vodja poda kratko razlago o vlogah preživetja, nastalih v družinah, ki se znajdejo v težavah. Vodja usmerja strukturirano psihodramo, ki portretira disfunkcionalno družino. Procesiranje teče, ko igralci v psihodrami razpravljajo o svojih vlogah in igri ter o njihovih vlogah v lastnih družinah.

Navodilo:

Skupini podajte razlago o vlogah preživetja, ki nastanejo v disfunkcionalnih družinah. Razložite, da smo o teh vlogah izvedeli več, ko so začeli raziskovalci proučevati alkoholike in družine alkoholikov. Presenetljivo je bilo, kako so si družine alkoholikov med seboj podobne. Zdi se, da se družinski člani na alkoholizem staršev odzovejo na zelo predvidljive načine. Ljudje v družinah alkoholikov mislijo, da morajo razmišljati, čutiti in se vesti na določene načine, da bi v svojih družinah preživeli. Raziskovalka Sharon VVegeche- ider-Cruse (1981) je te vloge poimenovala »vloge preživetja«. Potem pa smo odkrili, da teh vzorcev vedenja ne spodbudi le alkoholizem. Drugi problemi so prav tako spodbudili podobno dinamiko. Če problem ni bil očetov ali materin alkoholizem, je bilo to mogoče očetovo hazarderstvo, deloholizem ali pa materina zasvojenost z nakupovanjem, očetove afere ali materina depresija ali pa očetova nejevolja in nasilje. Družine se v takšnih razmerah organizirajo na podobne načine. Da bi ilustrirali te vzorce, bo skupina izvedla skeč.

Razložite jim, da boste za vloge potrebovali večino članov. Stvar ni težka, vsakdo bo povedal le en stavek. Najprej naj skupina vse pohištvo v prostoru premakne k stenam. Potem nekoga prosite, naj bo Oče. Za potrebe tega skeča je Oče alkoholik. Spodbudite člane, naj se prostovoljno javijo za vloge; povejte jim, da boste, če se ne bodo javili sami, vi izbrali posameznike za vloge. Če boste potrpežljivi, se bodo navadno prostovoljci le javili ali pa bo skupina koga predlagala sama. Ko imate nekoga za vlogo Očeta, ga prosite, naj se postavi na sredino prostora. Razložite, da je Oče problematičen pivec že več let in da se je njegovo pitje v zadnjem letu poslabšalo. Očetov stavek v tem skeču je: »Hočem pijačo, nujno moram dobiti pijačo!«

Zatem poiščite prostovoljca za vlogo Mame. Mama se pridruži Očetu na sredini prostora. Razložite, da se mama na neki način slepi glede Očetovega stanja. Sama sebi ne dovoli, da bi se zavedela resnosti Očetovega alkoholizma, saj bi to spoznanje preveč ogrozilo njeno celotno življenje, družino, finančno in emocionalno varnost, njen odnos z njim, položaj v družbi, kratka vse. Mamina reakcija je pretvarjanje, da problem sploh ne obstaja. Njen stavek v skeču je: »Vse je v najlepšem redu. Tukaj ni nobenega problema.« Da bi prikazali pomanjkanje Očetove emocionalne moči, naj stopi za mamo in svoje roke položi na njena ramena.

Potem izberite prvorojenega otroka (dečka ali deklico, ni pomembno). Otrok naj stoji poleg mame. Ta otrok verjame, da bo, če bo le dovolj priden, vse v najlepšem redu. Kličejo ga družinski Junak in ima visoke dosežke v skoraj vseh dejavnostih. Je zelo dober učenec, odličen športnik in ima lahko tudi honorarno službo. Družinski Junak je zanesljiv in odgovoren in njegov stavek je: »Je že v redu, mama. Lahko se zaneseš name.« Mama in družinski Junak naj si podata roke.

Drugorojeni otrok je Upornik ali črna ovca. Ko se ta pojavi, je prostor za pridnega otroka že zapolnjen z družinskim Junakom. Drugi otrok verjame, da nikoli ne more biti tako dober kot Junak, zato najde identiteto v tem, da je slab. Njegova naloga je, da deluje proti družinskim vrednotam. Je slab v šoli, izbira napačne prijatelje, mogoče ima težave z zakonom in zelo verjetno je, da uživa alkohol in druge droge, ter ponavadi zaide v težave, kamorkoli gre. Prej

ali slej je vse slabo, kar se zgodi v družini, zvaljeno na Upornika - grešnega kozla. V resnici pa je temu otroku bolj kot komurkoli drugemu jasno, kaj se v resnici dogaja v družini. Upornik ve za Očeta in je jezen. Vloga Upornika je, da teče v krogu okoli Junaka, Mame in Očeta s stisnjeno pestjo in govori: »Sovražim te, Oče. Izgini iz mojega življenja!« Upornik je otrok, za katerega je najbolj verjetno, da bo imel probleme z zlorabo substanc ali pa da se bo zaradi svojega razdiralnega vedenja znašel v enem od vzgojnih programov.

Tretjemu otroku v družini se situacija, ko odrašča, zdi precej kaotična. Oče je vedno odsoten in pije, oziroma je pijan ali pa kriči na Mamo in besni po hiši. Mama se pretvarja, da ni nič narobe, Junak je zaposlen s tem, da je popoln, Upornik pa je vedno v težavah. Tretji otrok preživi tako, da postane neviden. To je otrok, ki večino časa preživi v svoji sobi s slušalkami na ušesih. Je otrok, ki vedno sedi v zadnji vrsti v razredu in nikoli ne dviguje roke. To je otrok, ki se v družbi ostalih počuti osamljen. Da je sam, pomeni, da je varen, vendar pa to obenem pomeni, da se počuti osamljenega. To je otrok, za katerega je najbolj verjetno, da bo depresiven in da bo na neki točki poskušal narediti samomor. Član skupine, ki igra Izgubljenega otroka, bo sedel na stolu, oddaljen od ostale družine. Ta otrok nima besedila.

Četrty otrok v družini je Bolni otrok. Ta otrok se je naučil, da je edini način, da ostane varen, ta, da zboli. Ta otrok je verjetno najbolj žalosten od vseh - nekaj vrednega se počuti le, če je bolan. Bolni otrok sedi na tleh. Svoj stavek recitira tako, da se sklanja in se drži za trebuh: »Mislim, da bom zbolel!«

Dojenček v družini je imenovan Maskota. Kot pove njegovo ime, najmlajši otrok prejema pozornost in naklonjenost zaradi svoje majhnosti in otroškega vedenja. Družina se lahko zbere okoli te »svetle zvezde«, ki jih preusmeri od bolj resnih skrbi. Maskota se potika okoli družinskih članov, jih vleče za rokave in prosi: »Ali bi se igrali z mano?«

Zadnji član te družine je izbiren. Če imate dovolj članov skupine, ga uporabite. To je Tašča, Očetova mama. Stoji na stolu in vpije na Mamo: »Za vse si kriva ti!«

Zdaj imate vse igralce, ki tudi poznajo svoje vloge. Vsak naj ponovi svoj stavek, da se prepričate, ali so si ga zapomnili. Potem razložite, da v tej igri vsak pove svoj stavek v istem trenutku. Opomnite tiste igralce, ki so v igri aktivni (Upornik, ki teče naokoli; Bolni otrok, ki se sklanja; Maskota, ki se potika naokoli; Tašča, ki kaže s prstom), kaj morajo narediti.

Začnite skeč. Igralcem povejte, da bodo svojo vlogo začeli igrati v trenutku, ko boste rekli: »Zdaj!« Povejte jim, naj svojo vlogo znova in znova ponavljajo, dokler ne rečete: »Stop!« Štejte do tri in recite: »Zdaj!« Ko vidite, da so razumeli idejo, zavpijte: »Stop!« Navadno je prva izvedba negotova in se ne vživijo povsem. Delujte kot dober režiser in jih motivirajte s spodbudami in pohvalami. Spodbudite jih, naj se res vživijo v svoje vloge in skušajo začutiti, kar čutijo osebe, katerih vloge igrajo. Spet začnite prizor. Po nekaj ciklih ga ustavite in skupina naj sede na mestu, kjer se nahaja v tistem trenutku.

Za procesiranje te psihodrame naj ima vsak član skupine možnost spregovoriti o svoji izkušnji. Vsakogar vprašajte, kako se je počutil med igranjem vloge; začnite z Očetom. Presenečeni boste, kako točno bodo opisovali občutke iz vlog, ki so jih igrali. Navadno bo to zvenelo nekako takole:

Vodja: Kako je bilo tebi kot Očetu v tej družini?

Oče: Ne vem (pavza). Počutil sem se, kot da nimam nad ničimer nobene kontrole, niti nad seboj niti nad družino.

Vodja: Kako pa si se počutil ob tem, ko nisi imel nobene kontrole?

Oče: Vsi vedo, da naj bi bil Oče tisti, ki nekako vodi stvari v družini. Mislim, da sem se kot moški počutil kot zguba.

Nadaljujte na ta način, dokler ne pridete do Izgubljenega otroka. Preskočite ga, kot da ste nanj pozabili in pojdite naprej k Bolnemu otroku. Skupina vas bo v tem trenutku opomnila, da ste preskočili Izgubljenega otroka. Povejte jim, da ste to res naredili in da se to dogaja

Izgubljenim otrokom v družinah, njih enostavno pozabijo in so izločeni. Potem procesirajte izkušnjo Izgubljenega otroka.

Značilnosti družinskih vlog so navedene v Družinskih vlogah. To je uporabno orodje, ki ga imejte pri roki, da ne bi pozabili na kakšno pomembno značilnost.

Evalvacija:

Člane skupine vprašajte, ali so v tej psihodrami mogoče videli same sebe. Sama navadno to vprašanje zastavim, da sprožim spontano izmenjavo izkušenj in mnenj, kar je boljše, kot če bi vprašanje zastavljala vsem v krogu. Zdaj člani skupine sedijo v krogu na tleh, ostali, ki niso igrali, pa sedijo na stolih. Takšna sproščena razporeditev vodi k odprti razpravi.

Pojavijo se lahko na primer naslednja vprašanja:

1. član: Ali imaš lahko nekaj časa eno vlogo, potem pa jo zamenjaš za drugo?

Vodja: Ali se je to zgodilo v tvoji družini?

1. član: Moj bratje bil junak in jaz sem bil Upornik. Potem pa je on odšel študirat in mislim, da sem nekako prevzel položaj Junaka. Je to mogoče?

Vodja: Da. To se je verjetno zgodilo, ker si mislil, da imaš zdaj prostor in da ga lahko zapolniš. Poleg tega si mogoče vedel, da je tvoja družina po bratovem odhodu rabila tebe kot Junaka.

2. član: Jaz pa mislim, da sem zamenjal več kot eno vlogo. Kaj to pomeni?

Vodja: Povej nam, kako se je tvoja družina spreminjala. Mogoče si zamenjal vloge, ker se je tvoja družina spremenila.

3. član: V moji družini je Izgubljeni otrok najstarejši. Kako je s tem? Vodja: Povej nam kaj o svoji družini.

Vodja naj bi imel izkušnje pri delu z družinskimi vlogami in poznal osnove dela z odraslimi otroki iz družin alkoholikov. Pričakujte nekaj neugodja in odpora, ko boste to vajo razlagali skupini in ko bodo ugotovili, da od njih pričakujete, da bodo igrali vloge. Večina mladostnikov si zelo želi, da bi bili v središču pozornosti, to željo pa spremlja močan strah. Pogosto se pojavi neresno in otročje vedenje ter hihitanje ali pa trenutna »nemost« in zavijanje z očmi. Ne obupajte. Nadaljujte s pozitivnim, samozavestnim nastopom; to je nalezljivo. Ko modelirate navdušenje in avanturistični duh, se vaša skupina ugodno odzove.

Ko izbirate igralce za posamezne vloge, vam bo v pomoč, če jim dodelite vloge, ki jih sicer igrajo v svojih družinah. Če imate v skupini upornika, naj bo ta Upornik tudi v družini. Tih, sramežljiv član skupine, ki le redko komunicira z ostalimi, naj bo Izgubljeni otrok, norčav, otročji naj bo Maskota in tako naprej.

Bodite pripravljeni na močne reakcije pri tej vaji. Solze, jeza in »aha- efekt« so zelo pogoste reakcije, ko mladostniki prepoznajo svoje lastne družine ali same sebe. Podporno osebje je zato pogosto nujno. Individualni terapevt za posameznega člana skupine mora biti obveščen, da lahko spremlja nadaljnje procesiranje. Ko sama izvajam to aktivnost v šolah, pogosto obvestim šolske svetovalce, če določen član potrebuje več podpore. Po aktivnosti vas bosta mogoče potrebovala eden ali dva člana. Pametno je, da svoj čas načrtujete tako, da jim boste, če bo to potrebno, na voljo za dodatno svetovanje.

TALNA SLIKA

Cilji:

Cilj spretnosti je razvijanje gibalnih sposobnosti, iznajdljivosti, sposobnosti sodelovanja med učenci, obzirnosti in odzivnosti drug na drugega. Cilj je tudi razvijanje spomina, domišljije ter odhodnih ali motivacija za učne vsebine.

Potek:

1. Za izvedbo vaje je primeren večji prazen prostor, kot je telovadnica ali razred s klopmi na obrobju. Vajose izvaja večkrat, saj se jo tekom leta nadgrajuje. Pri starejših učencih - dijakih, ki imajo več gibalnega in socialnega znanja, jo lahko izvedemo tudi le enkrat.
2. Večja skupina ljudi oziroma celoten razred se razporedi po prostoru. Vsak učenec zasede svoje mesto, ki si ga označi oziroma si zapomni, točno kje v prostoru se nahaja. Vsi učenci se vsak po svoji poti hkrati sprehodijo po prostoru in se hkrati vrnejo na svoja izhodiščna mesta. Svojo pot po prostoru oziroma svojo talno sliko si vsak zase zapomni.
3. Sprehod po prostoru nato izvedemo tako, da en učenec začne hoditi po svoji poti. Ko gre mimo sošolca in se ga rahlo dotakne, se začne tudi ta premikati po svoji poti. Vsak hodeči se tako dotakne vsakega mimo kogar gre in kmalu vsi učenci hodijo po svoji poti. Hodijo krožno po svojih poteh dokler učitelj vajo ne ustavi oziroma reče: »Ustavite se, ko pridete nazaj na svoje izhodiščno mesto.«
4. Vajo nato nadgradimo z različnimi tipi hoje (lahko ob spremljavi glasbe). Učitelj pri tem za lažje razumevanje pokaže primere hoje (npr: poskakovanje, mačja hoja, ritmična hoja, počasen tek, prisunski poskoki, vzvratna hoja...). Učitelj vajo začne in ustavi večkrat, pri tem pa učenci po svoji talni sliki vsakič hodijo na drugačen, svoj način.
5. Različne tipe hoje lahko nadgradimo s težjo veščino. Talne slike oziroma poti učencev se pri vaji namreč križajo in vsakič, ko se križajo lahko poteče interakcija. Vajo zato lahko nadgradimo s komponento oponašanja. Ko se poti me učenci križajo, lahko vsak učenec iz svoje poti stopi na pot sošolca in hodi tik za njim in na enak način kot on. Pri tem mora vsak učenec najti tudi način, kako se bo vrnil na svojo talno sliko oziroma pot. To lahko naredi tako, da najprej hodi za enim sošolcem, nato za drugim, dokler talna slika sošolca ne prečka njegove lastne poti in se s tem lahko vrne nazaj na svojo pot. Ker vsi učenci počnejo enako, morajo paziti na katero pot bodo sami stopili in hkrati vsaj malo upoštevati tistega, ki hodi za njimi.

Evalvacija:

Učitelj lahko učence spodbudi, da povejo svoje občutke o tem kar so delali. Se jim je zdelo, da morajo med seboj sodelovati? So si izmislili kakšen nov način hoje? So imeli težave pri pomnjenju svoje talne slike? So se pri igri in sodelovanju s sošolci veselili? Jim je bila vaja v izziv? V začetku vaje, tekom vaje ali v evalvaciji je pomembno, da učitelj poudari sledeče: »Ko se sprehajamo po prostoru je pomembno, da upoštevamo ljudi okoli sebe, se v njih ne zaletavamo, temveč najdemo primerno rešitev za križanje naših poti.« Ravno tako je v življenju. Smo socialna bitja, ki stalno srečavamo soljudi s katerimi moramo znati komunicirati, sodelovati, preprečevati konflikte...

PISMA

Cilji:

Namen te igre je učenje prijaznega reševanja konfliktov in razvijanje empatije, torej razvijanje sposobnosti vživljanja v drugega.

Potek:

Udeleženci dobijo nalogo, da se domislijo nekega nesoglasja s prijateljem. Najbolje je, da izberejo realen problem, nekaj kar posameznika obremenjuje ali pa se je zgodilo pred kratkim. Običajno se v taki situaciji zelo dobro zavedamo, kaj hočemo mi, saj stvari vidimo iz svoje perspektive. Manj pa vemo (pa saj nas niti ne zanima), kakšna so čustva, želje in misli prijatelja. Prav pa je, da si problem ogledamo tudi s perspektive drugega. Vsak udeleženec naj si zamisli, da mu prijatelj napiše pismo, v katerem piše, kako on vidi celotno situacijo, kaj ga moti, česa si želi. Vsak udeleženec naj napiše pismo s prijateljevega vidika. Premislimo ali je bila naloga težka, se je bilo težko vživeti v perspektivo drugega?

Za konec vsak napiše še eno pismo, v katerem prijatelju na kratko odgovori. Napiše, kaj bi mu rad povedal.

Evalvacija:

V fazi evalvacije se pogovorimo o tem, ali je bilo težko napisati pismo s prijateljeve perspektive. Možna vprašanja, ki jih lahko postavi vodja, da pospeši debato:

Ali je bilo težko najti konflikt?

Kako ste se počutili, ko ste se morali postaviti v vlogo prijatelja?

Ali vam je to pisanje pomagalo, da ste videli stvari iz drugačne perspektive?

Kako ste se počutili, ko ste pisali v svojem imenu?

Česa ste se naučili s to vajo?

NA ULICI

Cilj: Spodbujanje sočutja pri ljudeh, razvijanje občutka za pomoč bližnjemu, razvijanje razmerja do starejših oseb, izražanje z gibi in besedami.

Potek: Poljubno formiramo skupino. Potrebujemo starejšega gospoda, fanta in dekle ter nekaj statistov. Skupina naj bo velika do sedem udeležencev.

Najprej pojasnimo položaj: po ulici prihaja starejši gospod s palico. V gneči se gospod na palico spotakne in pade. Tukaj nastane problem. Dva učenca sta v bližini. Prizor je postavljen na način, da v trenutku, ko gospod pade, prizor zamrzne, vsi sodelujoči obstanejo v trenutnem položaju.

Ob znaku slika oživi in udeleženci pričnejo z improviziranim pogovorom. Učenci, ki so nosilci vlog, improvizirajo potek dogajanja. Po improvizaciji dejanje razčlenijo. Druga skupina poskuša dogodek prikazati drugače.

Evalvacija:

Sočutje in občutek za druge je v današnjem času, ko se na nek način vedno bolj nagibamo k individualnosti zelo pomembno. Kljub temu, da je izjemnega pomena otroka vzgajati v duhu narave in vzgojo čim bolj prilagajati njemu samemu, ga je potrebno naučiti tudi, da ni sam in da tudi on lahko pomaga bližnjemu ali pa nekomu, ki mu sicer ni blizu, sta se pa skupaj znašla v situaciji. Le kot družba lahko obstajamo in se razvijamo, saj smo socialna bitja in drug brez drugega ne moremo obstajati. Moralne vrednote, ki jih prinese sočutje pa so gradnik za notranje ravnovesje človeka.

PANTOMIMA – NEVERBALNO KOMUNICIRANJE

Cilji:

- Spoznati kako je moč neverbalnega komuniciranja velika saj ne moremo »nekomunicirati«, ker z neverbalnimi kretnjami nenehno nekaj sporočamo.

Potek :

- izbranec dobi listek na katerem piše kaj mora pokazati ostalim udeležencem, brez uporabe govora, samo z uporabo telesa in kretnjami.
 - Ostali udeleženci skušajo uganiti, kaj prikazuje
 - Prav zanimivo je med igro opazovati kako z navdušenjem in pozorno spremljajo vsak gib tistega, ki na neverbalen način nekaj prikazuje.
 - Posameznik v tej fazi mora opazovati, kaj se dogaja v neki situaciji; opazuje samega sebe ali druge in se s tem uči.
 - Vsak lahko vidi določeno situacijo na svoj način, zato je po končani igri pomembno, da se pogovorijo in da vsak izrazi svoje mnenje in občutja.
- Lahko je prikazana **besedna zveza, določena oseba, posnemanje živali, poklic ali samo neko dogajanje**. Besedno zvezo je ponavadi težje prikazati kot samo besedo in lahko traja dlje časa, da udeleženci ugotovijo, kaj izbranec želi pokazati.

Evalvacija:

Igra je kar zelo poučna, ker z njo lahko vidimo kako je moč neverbalnega komuniciranja velika saj ne moremo »nekomunicirati«, ker se z neverbalnimi kretnjami nenehno nekaj sporočamo. Ne moramo se mu izogniti, tudi če želimo, ker iz nas izhaja čisto podzavestno. Med verbalnim in neverbalnim jezikom pa tudi obstajajo vidne razlike pri načinu sprejemanja in oddajanja sporočil. Naša reakcije na neverbalna sporočila potekajo bolj avtomatsko kot pri sprejemanju verbalnih sporočil. Proces dekodiranja neverbalnih sporočil je skoraj nezaveden medtem ko moramo biti pri dekodiranju verbalnih sporočil popolnoma zbrani. Druga razlika med verbalnim in neverbalnim komuniciranjem je, da pri prvem lahko povemo samo eno besedo v določenem časovnem trenutku pri drugem pa lahko obstaja mnogovrstnost kanalov in sporočil v istem časovnem trenutku. Tretja razlika je v tem, da pri neverbalnem komuniciranju istočasno oddajamo in sprejemamo sporočila, pri verbalnem pa to ni mogoče. Pri verbalnih sporočilih najprej zavestno razmislimo kaj bomo rekli, medtem ko večino neverbalnih sporočil nezavedno pošljemo. Neverbalni signali so prva oblika komuniciranja v našem evolucijskem in prav tako ontološkem razvoju in tu bil človek verjetno obstal, če ne bi poznal verbalnega jezika.

- **Učenca, ki je sodeloval v pantomimi vprašamo, kako se je počutil, ko ni mogel spregovoriti?**
- **Vprašamo ostale udeležence, kako so se počutili, ko so opazovali dano situacijo.**
- **Neverbalno obliko komunikacije uporabljajo gluhi. Ali jih razumemo oziroma vsaj skušamo razumeti? Se skušamo vživeti v njihov položaj?**

K tej vaji bi še dodala igro »vodenje človeka s telesno in govorno motnjo«, cilj igre je vživljanje v čustva človeka z motnjo.

Prostovoljcu na skrivaj povemo, da ima motnjo – ne more govoriti in ne more npr. zavijati v desno. Preostalim učencem naročimo, da naj ga z navodili vodijo z neke točke v učilnici do neke druge točke. Ti učenci ne vedo za motnjo (da se ne more pogovarjati in zavijati v desno).

Potem začnejo z navodili. Najprej se jim običajno naloga zdi smešno lahka, potem pa se izkaže, da ni čisto tako. Ampak večinoma se igra uspešno zaključi.

ZELENO KROKODIL

Ta socialna spretnost sodi v fazo predstavljanja in spoznavanja in jo lahko označimo kot uvodno igro v skupini.

Cilji:

- učenci se predstavijo in si skušajo zapomniti imena sošolcev in učitelja v skupini
- ker si pod imenom predstavljajo osebo, gre tukaj že za komunikacijo,
- Zeleni krokodil je nenavadno pojmovanje, ki mnoge pritegne k igri.
- igra želi preprečiti nastajanje podskupin in opogumiti sodelujoče, da se zavedajo svojih vtisov, čustev in pričakovanj do skupine.

Potek:

- učenci sedijo v krogu.
- nekdo v skupini pove svoje ime, sosedu pa reče: »Ti si krokodil« (npr: »Jaz sem Tideja, ti si krokodil«),
- sosed ponovi prejšnje ime, doda svoje in reče: »Ona je Tideja, jaz sem Marko in ti si krokodil«,
- igra traja toliko časa, dokler vsi ne povedo svoja imena.
- vsak, ki izreče ime, naslednjega pogleda v obraz.

Evalvacija:

- poudarek igre je na spodbujanju, pomoči ter sodelovanju in poslušanju. Igra ni tekmovalne narave, zato pri njej ni izpadanja in ne kaznovanja napak;
- udeležence povprašamo, ali so vzpostavili stik med seboj, ko so se gledali v oči, ali se po končani vaji čutijo bolj povezane s skupino in ali so dobro poslušali in so si zapomnili sosedovo ime ter ali so čutili morda strah prej javnim nastopanjem,

ODRINI ME K DRUGEMU

Ciljna skupina:

vse starosti od 5 let naprej

Cilj vaje:

- člani skupine pazijo drug na drugega
- razvije se občutek odgovornosti do drugih
- in razvija se občutek zaupanja v skupini.

Potek in izvedba:

Vodja povabi udeležence, naj se postavi po 7 (ali več) udeležencev v kroge drug zraven drugega, tako da gledajo v notranjost. Po en udeleženec se postavi v vsak krog pred kateregakoli udeleženca (ko je v krogu, lahko prekriža roke, tako da se križno prime za svoje rame). Udeleženec, ki stoji v zunanosti kroga, udeleženca, ki je pred njim v notranosti kroga, počasi z rokami odrine do drugega udeleženca. Ta, ki je v sredini, poskuša ostati s svojimi

nogami na istem mestu. Igra se nadaljuje na enak način – naslednji udeleženec odrine udeleženca pred seboj k drugemu udeležencu.

Zaključek in evalvacija:

Udeležencem postavimo naslednja vprašanja, da se razvije diskusija:

- Kako ste se počutili v svojih vlogah? (tako tisti v krogu kot tisti na sredini kroga)
- Česa ste se najbolj bali?
- A bi vloge raje zamenjali?
- Kakšne pa so situacije v realnem življenju, npr. v službi, družini? Kaj je lažje? Biti tisti, ki nosi odgovornost, ali tisti, ki mora kaj narediti in ga nekdo drug pri tem usmerja?
- Kako in kdaj veste, da nekomu lahko zaupate?

NAČRTOVANJE ZABAVE

Cilj:

Povečati spretnost planiranja in socialnih odnosov

Pripomočki:

Kopije vprašalnika na naslednji strani, pisalo

Velikost skupine:

5-20 udeležencev

Namen:

Namen igre je povečati zavedanje o socialnih odnosih, ki jih lahko imamo bodisi z družino, prijatelji, člani društva, kluba itd.

Potek:

Razložimo namen aktivnosti. Razdelimo pripomočke med udeležence in jih poprosimo, da sodelujejo med sabo in delujejo, kot tim (timsko delo) v načrtovanju zabave. Poskušamo spodbuditi udeležence k sodelovanju, dopustimo, da prispeva vsak svoj del k planiranju zabave.

Evalvacija (vprašanja za diskusijo):

5. Kaj je bil namen zabave?
6. Katere koristi imamo od udeležbe na zabavi?
7. Katere stvari je dobro početi na zabavi, zabavno?
8. Katerih stvari naj se na zabavi ne bi počelo?
9. Kako naj bi se obnašali do drugih na zabavi? (spoštljivo, vljudno?)

Priloga:

Navodila: Delujte timsko pri načrtovanju zabave. Odgovore vpisujte v prazne prostore.

1. Kateri dogodek proslavljamo? _____
2. Zakaj je ta dogodek tako pomemben? _____
3. Datum in ura zabave? _____
4. Kraj, prostor zabave? _____
5. Povabljeni? _____
6. Katero vrsto hrane in pijače bomo imeli? _____
7. Kako bomo kupili vse potrebno (hrana, pijača, pribor, prtički...)? _____
8. Kaj še potrebujemo? _____
9. Kdo bo skrbel za glasbo? _____
10. Kdo in kako bo dekoriral prostor? _____
11. Katere vrste iger se bomo igrali? _____
12. Kdo bo sodeloval pri pripravi izvedbi iger? _____
13. Kako bo potekal časovni raspored aktivnosti? _____
14. Kdo bo oblikoval in razposlal vabila? _____

Kaj vse moramo postoriti pred zabavo? _____

VODENJE ČLOVEKA STELESNO IN GOVORNO MOTNJO

Cilji:

- vživljanje v čustva človeka z motnjo.
- strpnost do drugačnosti.

Potek in izvedba:

Za to vajo so potrebni vsaj štirje udeleženci. Prostovoljcu na skrivaj povemo, da ima motnjo - ne more govoriti in ne more zavijati v desno. Ostalim naročimo, da naj ga z navodili vodijo z neke točke v prostoru do neke druge točke. Ti ne vedo za motnjo. Potem začnejo z navodili. Najprej se jim običajno naloga zdi smešno lahka, potem pa se izkaže, da ni čisto tako. Ampak večinoma se igra uspešno zaključi.

Zaključek in evalvacija:

- Tistega z motnjo vprašamo kako se je počutil, ko ni mogel slediti navodilom. Ali ga je mučilo, da ne more spregovoriti? Katera čustva je doživljal?
- Vprašamo ostale, kako so se počutili, ko so govorili v prazno, brez odziva.. Aliso mislili, da jih noče ubogati? Ali so ga razumeli? Ali so se skušali postaviti v njegovo kožo? Katera čustva so doživljali?
- Tudi ljudje z motnjami ne morejo početi vsega, kar lahko počnejo zdravi ljudje. Pogosto o tem tudi ne morejo spregovoriti. Zakaj?
- Ali jih razumemo oz. Ali jih vsaj skušamo razumeti? Se skušamo vživeti v njihov položaj?
- Jim skušamo pomagati, če imamo priliko? Kako na primer?

IGRA VLOG – PRO ET CONTRA

Naslednja spretnost predstavlja eno izmed metod izkustvenega učenja - vrsta aktivnosti pri pouku. Učenci igrajo raznovrstne situacije in vloge in s tem raziskujejo različne mentalne in doživljajske možnosti. Vaja predstavlja učenje iz neposredne izkušnje in s tem omogoča trening raznovrstnih spretnosti in veščin. Pro et contra predstavlja eno izmed najbolj tipičnih in je primerna za obravnavo raznovrstnih socialnih ali osebnih dilem. Učenci na takšen način do določene tematike, dileme, problema zavzamejo širši pogled.

Cilji:

Med igranjem/prevzemanjem vlog se učenci osredotočijo na določen problem. Pri tem postanejo bolj dojemljivi za lastna ter tuja stališča, čustva, ugotavljajo odnos med emocijami in ravnanjem. Igra vlog spodbuja tudi trening spretnosti in kontrolo nad emocijami, učenčevih miselnih veščin, kot tudi sodelovanje, procesiranje informacij, uporaba virov, učinkovito predstavljanje idej in miselne navade. Obenem pa se je naučiti sprejemati drugačnost ena izmed lastnosti, ki zagotavlja uspeh na vseh ravneh našega življenja (tudi v McGrath, Francey, 1996).

Potek:

Učenec začasno prevzame predpisano identiteto (pomoč delovnih listov - vsebina in potek igre vlog in pdb..) in s tem tudi razmišljanje, čustvovanje in vedenje nekoga drugega. Smiselno je, da imajo učenci na razpolago nekaj časa, da se spomnijo različnih utemeljitev. Igra lahko poteka tako, da dijaki enkrat zamenjajo vloge. Pro et contra poteka frontalno, v skupinah ali v dvojicah. Lahko ima opazovalce ali poteka brez njih. Sama vloga naj traja 10 - 15 minut. Pri tem je naloga učenca, da dodeljeno identiteto/situacijo najbolje predstavi, pri čemer za samo vedenje ni osebno odgovoren. Druga možnost je, da učenec ohrani lastni identiteto in odigra namišljeno situacijo, kot bi ravnal, če bi bila resnična - simulacija. Samo vedenje, veščine in emocije so v simulaciji realne, simulirane pa so zgolj okoliščine. Učenci odigrajo situacijo, opazovalci pa jih opazujejo - ločeno, osredinjeno ali razpršeno, sistematično ali nesistematično. Bistven dejavnik igre vlog je končna analiza, kjer učenec razmišlja o dogajanju v igri vlog ter o lastni udeležbi in prispevku v procesu. Učenčeva opažanja in interpretacije se deli tudi z opazovalci in soigralci. Učenec ima na koncu možnost svojo izkušnjo – vlogo – primerjati s preteklimi izkušnjami ter lastno izkušnjo primerja z izkušnjami drugih učencev.

Evalvacija:

V fazi načrtovanja aktivnosti učenec razmišlja o lastnem učenju v igri vlog. V fazi zaključne analize ima možnost razmisliti kako in kaj se je naučil, ne nujno samo kot akter, ampak tudi kot opazovalec in v nadaljevanju kot razpravljalec. Tako ima možnost na svojstven način posredno ali neposredno

razširiti tako lastno znanje, kot tudi socialne spretnosti (Horvat, 2009) in obenem spoznati kako se počuti sam, kot tudi njegov nasprotnik (Warden, Christie, 2001).

ZAKLJUČEK

Socialne igre so se razvile z namenom preizkušanja in ponazoritev številnih pomenov interakcij, s katerimi se srečujemo v vsakdanjem življenju, ter predstavljajo pomemben vir socialnega učenja in vključujejo verbalno in neverbalno izražanje. V pedagoški stroki se mnogokrat postavlja vprašanje izvorov medosebnih razlik v motivaciji učencev za učenje in učni uspešnosti. Medtem ko so nekateri učenci izredno motivirani, sodelujejo pri pouku, delajo domače naloge, imajo pozitivna stališča do šole ter z veseljem hodijo k pouku, drugi pa so povsem obratno, nezainteresirani. Pri tem je pomembna vloga socialnih dejavnikov. Tako postaja vse bolj pomembno proučevanje značilnosti učenčevih neposrednih socialnih okolij, v katerih je pomemben delež interakcij posvečen učenju in šolanju nasploh. (Levpušek, Zupančič, 2009, 93)

Tako otroci, kot odrasli, se pri tem učijo spoznavati, poslušati, razumeti in vživljati eden v drugega. Sprejemanje drugačnosti, kot posledica tega, zagotavlja učinkovitejše reševanje konfliktov in botruje k boljšemu sodelovanju (Vtič, 2006), kar pa nedvomno izboljšuje tudi socialno klimo v razredu (Lavrič, 2004). Za raznolike pristope je potrebno ustvariti sproščeno socialno klimo, ki omogoča in spodbuja enakopraven položaj in medsebojno spoštovanje vseh udeležencev v njem. Zmožnost samoreflektivnega razmišljanja – vpogled vase – pa zagotavlja tudi nujen razvoj v zrelo osebo. Sama vzgoja, ki je osredotočena tudi na kritičnost, lahko doseže takšen učinek, ki bo za mladega človeka relevanten. Kritičnost pa je domena učitelja, ki mora sam biti več kritični mislec, za katerega naj bodo intelektualna poštenost, intelektualna skromnost in izogibanje (preuranjeni) sodbi temeljne intelektualne vrline in vrednote.

LITERATURA:

Bizjak C., Tome M., Justinek A., Čater A. in Vec T. (2010). Koncept vključevanja ključne klasifikacije socialne spretnosti v izobraževalne programe srednjega poklicnega izobraževanja.

Pridobljeno 19.11.2012 na <http://www.cpi.si/strokovna-podrocja.aspx>

Brečko, D. (2002). Štirideset sodobnih učnih metod: priročnik za predavatelje, učitelje in trenerje. Ljubljana: Sofos.

Carrell, S. (2000). Skupinske aktivnosti za mladostnike. Ljubljana : Inštitut za psihologijo osebnosti.

Ginnis, P. (2004). Učitelj – sam svoj mojster: Kako vsakega učenca pripeljemo do uspeha. Ljubljana, Rokus.

Gramc, J. Specialno pedagoška dejavnost, SOCIALNO UČENJE.

Dobljeno 20.11.2012 na:

http://www.google.si/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&ved=0CCkQFjAA&url=http%3A%2F%2Fwww.zrss.si%2Fdoc%2F210911085601_pp_nis_socialno_ucenje.doc&ei=lzauUJjTGdHQsgb3-YC4AQ&usq=AFQjCNFOFMKPB2zhzEMv4qDOLvmMwUslrA&sig2=in8BNhw-jbuXA0chQe8sJA

Lavrič, A. (1995). Raziskava o socialnih igrah. Sodobna pedagogika, 46, 3/4, 169-176

Horvat, B. (2009). O učni metodi, doživljanju in izkustvu pri igri vlog, "metodi izkustvenega učenja". Sodobna pedagogika, 60, 5, 132-145, 138-151.

Lepičnik - Vodopivec, J. (1996). Med starši in vzgojitelji ni mogoče ne komunicirati. Ljubljana : Misch, Oblak in Schwarz.

Lepičnik-Vodopivec, J. (2010). Socialne spretnosti pri pouku : pedagoško andragoško izobraževanje. Maribor. Pedagoška fakulteta.

McGrath, H., Francey, S. (1996) Prijazni učenci, prijazni razredi: učenje socialnih veščin in samozaupanja v razredu. Ljubljana, DZS.

Puklek Levpušček, M., Zupančič, M. (2009). Osebnostni, motivacijski in socialni dejavniki učne uspešnosti, Ljubljana, Filozofska fakulteta.

Raffini, J. P. (2003). 150 vaj za povečanje notranje motivacije pri učencih. Educy, Ljubljana.

Resnik, T.. UČNE OBLIKE IN UČNE METODE

Dobljeno 16.11.2012 na:

http://www.cpi.si/files/cpi/userfiles/TrajnostniRazvoj/Ucne_oblike_in_ucne_metode.pdf

Reasoner, R. (1995): Razvijanje pozitivnega samovrednotenja mladostnikov. Inštitut za razvijanje osebne kakovosti, Ljubljana.

Rozman, U. (2006). Trening socialnih veščin. Nova Gorica, Educa, Melior.

Rupnik V.T., Debeljak, B., Krošel, N., Ribič Hederih, B., Zupan, M.. (2003). Igra vlog in simulacija kot učna metoda : priročnik za učitelje psihologije in drugih družboslovnih predmetov ter razrednike. Ljubljana, Zavod Republike Slovenije za šolstvo.

Rupnik Vec, T. (2010). Kritično mišljenje kot kroskurikularni cilj. V: Rutar Ilc, Pavlič Škerjanc idr. (2010). Medpredmetne in kurikularne povezave. Ljubljana:, Zavod RS za šolstvo, . 381 – 404.

VIRK-RODE, J., Belak-Ožbolt, J. (1990). Razred kot socialna skupina in socialne igre. Ljubljana: Zavod Republike Slovenije za šolstvo.

Vtič Tršinar, D. (2004). Iskalci biserov. Maribor, Društvo Za boljši sve.

Vtič, V. (2006). Socialne igre in igre vlog pri pouku sociologije in družboslovja. Diplomsko delo. Ljubljana, Filozofska fakulteta.

Dobljeno 16.11.2012 na:

<http://www.pedagogika-andragogika.com/files/diplome/2006/2006-Vtic-Vanja.pdf>

Warden, D., Christie, D. (2001). Spodbujanje socialnega vedenja : dejavnosti za spodbujanje prihosocialnih medosebnih spretnosti in vedenja. Ljubljana, Inštitut za psihologijo osebnosti.