



MULTIPLUS+

Migranti multiplikatorji
gradijo mostove

Aktiv nosti Plus

Zbika
didaktičnih
orodij

za
multiplikatorje



Sofinancira program
Evropske unije
Erasmus+

Predstavitev projekta MultiPLUS+

Projekt MultiPLUS+ je vseevropski razvojni projekt, ki ga sofinancira Komisija EU, izvaja pa partnerstvo evropskih organizacij v petih državah: Avstriji, Italiji, Španiji, Sloveniji in Danski. Splošni cilj projekta MultiPLUS+ je izboljšati dialoško komunikacijo kot učinkovit način GRADNJE MOSTOV med večinsko družbo in manjšinskimi skupnostmi v Evropi. Tako naj bi projekt prispeval k družbenemu in socialno-kulturnemu vključevanju migrantov s spodbujanjem:

- metod in orodij za dialoško komunikacijo v migrantskih skupnostih,
- vpogleda v družbo glede virov, potreb in zahtev v migrantskih skupnostih.

Pri doseganju teh ciljev imajo migranti t.i. multiplikatorji vvodilno vlogo. MultiPLUS+ je k sodelovanju povabil aktivne osebe v svojih skupnostih, angažirane izvajalce. Izvajalec je oseba, ki lahko izrazi ideje/strategije v določeni skupini ljudi in je samoiniciativen. ima ta talent zavedno ali nezavedno; vlogo izvaja v korist celotne skupine, tako da se ta okrepi in lahko izrazi svoj glas. Njegova vloga ni nujno povezana s položajem, temveč z zaupanjem.

Cilje projekta MultiPLUS+ se namerava doseči s tremi skladnimi razvojnimi procesi in programi usposabljanja.

V PRVEM KORAKU je vsaka partnerska organizacija izvedla analizo potreb med migranti, da bi ugotovila potrebe in zahteve po posebnem usposabljanju na področju komunikacijskih metod in dialoških orodij, da bi lahko ti prevzeli vlogo graditeljev mostov in posrednikov v svojih lokalnih migrantskih skupnostih. Na podlagi analize potreb je partnerska organizacija za multiplikatorje pripravila prilagojen TEČAJ KOMUNIKACIJSKEGA USPOSABLJANJA.

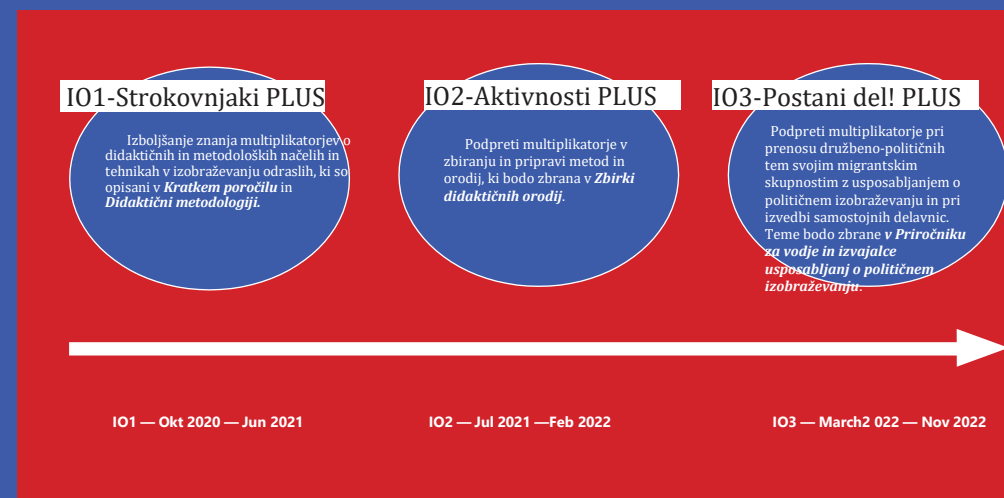
V DRUGEM KORAKU so koordinatori v vsaki državi aktivno sodelovali na METODIČNIH DELAVNICAH, da bi razvili in dokumentirali številne praktične metode, orodja in vaje, ki se bodo uporabljale za dialog v migrantskih skupnostih. Vsi metodični opisi so vključeni v ta zbornik oz. zbirko orodij.

V TRETJEM KORAKU se bodo multiplikatorji udeležili DELAVNIC O POLITIČNEM IZOBRAŽEVANJU, ki se bodo osredotočale na to, kako komunicirati o osnovnih človeških in družbenih vprašanjih, kot so človekove pravice, enakost in svoboda ter demokratične vrednote in državljanstvo, pravna država itd. Koordinatorji te teme posredujejo in o njih razpravljajo v svojih skupnostih.

V zadnjem koraku bodo številna gradiva za usposabljanje in učenje iz projekta prosto dostopna za splošno uporabo na elektronskem portalu MultiPLUS + PORTAL

<https://www.multiplusproject.com/>.

Celoten postopek usposabljanja in učenja je prikazan na spodnji sliki:



ZBIRKA

DIDAKTIČNIH

ORODIJ

Vsebina

Predstavitev projekta MultiPLUS+ 2

Dragi izvajalci! 8

Nasveti za načrtovanje delavnic 10

Kontrolni seznam 14

Uporaba priročnika 16

ORODJA 27

1. Državlanske vrednote	28	
2. Razjasnitev pričakovanj	30	
3. Govor v dvigalu	32	
4. Naslednja delavnica	34	
5. Več identitet in vrednot	36	
6. Osebnosti	38	
7. Kompas varnosti	40	
8. Moj skrivni hobi	42	
9. Top deset prioritiet	44	
10. Barvna očala, različni pogledi	46	46
11. Govoreče zastave	48	
12. Brezno	50	
13. Problem	52	
14. Družinsko drevo	54	
15. Moj čas zate	56	
16. Začetek ustvarjanja	58	
17. Tako izgledam, tako me vidijo	60	60
18. Slikovito	62	
19. Kaj meniš?	66	
20. Moj najljubši del telesa	68	
21. Nepričakovana situacija	70	
22. Recyclo-Garbo-Demo	72	
23. Ravnanje s časom	74	
24. Jaz, ti, mi	76	
25. Ne sramuj se	78	
26. Obvladovanje konflikta	80	
27. Maček v žaklju	82	

28. Ognjeni zublji	84	
29. Piktogram	86	
30. Kovanci	88	
31. Samo tri vprašanja	90	
32. Povej mi!	92	
33. Balon		
34. Radikalno čiščenje	96	
35. Krog prvih narodov?	98	
36. Strateške žoge	100	
37. Pajkova mreža		
38. Lak za nohte	104	
38. Lak za nohte	106	
39. Hulahop obroči	108	
40. Obrisi	110	
41. Tvoj nos	112	
42. Izdihni svoje misli	114	
43. Novo ime	116	
44. Zgodba o mojem imenu	118	
45. Bodimo ustvarjalni	120	
46. Hitri zmenek	122	
47. Babilon	124	
48. Drugačne predstavitve	126	
49. Lokalni izrazi in fraze	128	
50. Razgovor za službo	130	
51. Kaj so tvoje vrednote?	132	
52. Sooči se s strahom	134	
53. Govorica telesa	136	
54. Lokalne interakcije	138	
55. Ugani moje ime	140	
56. Na pomoč!	142	
57. Moje vrednote, tvoje vrednote	14	
58. Kultura in vloge	146	
59. Predstavljaljaj si me	148	
Zaključne besede	150	
Odtis	151	

Dragi multiplikatorji!

Zbornik pred vami je plod vašega dela. V tej zbirki metod, aktivnosti in orodij za delo v vaših skupnostih je prispevek vsakega multiplikatorja, ki je v zadnjih dveh letih sodeloval pri projektu MultiPLUS+. Koordinatorji, migranti, dejavni v Italiji, Sloveniji, Avstriji, Španiji in na Danskem, so delili svoje metode in orodja za delo; do raznolikega in bogatega gradiva lahko dostopate tudi prek spletne platforme (www.interculturaltrainingtoolbox.eu.) Spletno orodje je odprt forum, ki vam omogoča, da ostanete v stiku z drugimi multiplikatorji in lahko še naprej delite svoje izkušnje in znanje.

Da bi bila zbirka orodij čimbolj lažja za uporabo, smo ordoja razdelili na pet kategorij, glede na situacijo in vsebino, v katerih se lahko uporabljajo. Veliko metod se lahko uporabi v in prilagodi različnim kontekstom. To pomeni, da so lahko orodja uprabljena kot zelo dinamični pripomočki v raznolikih situacijah.

Ta zbirka je nadaljevanje Priročnika didaktičnih metodologij, ki je nastal ob koncu prve faze projekta MultiPLUS+. Dokumenta sta zaveznika, ki vam pomagata pri vsakdanjem delu ter pomembna pripomočka pri izvajanju tretje in zadnje faze projekta MultiPLUS+ – dejavnosti v zvezi s političnimi vrednotami Evropske unije v vaših skupnostih.

Proces izmenjave in združevanja vseh metod dela in orodij je bil dinamičen in bogat. Zbirko lahko štejemo za »češnje na torti«, saj zaključuje participativno fazo, v kateri smo razmišljali o svojem delu in odkrivali druge načine dela.

Domnevali smo, da se orodja in metode dela razlikujejo od države do države, s čimer se ustvarja »večkulturni odtis«. Vendar moramo priznati, da je bila predpostavka napačna. Našli smo nešteto

prilagoditev običajnih metod in orodij, in sicer prilagoditve, ki govorijo bolj o socialno-ekonomskih in političnih okoliščinah, v katerih se morajo priseljenci ustaliti, kot pa o kulturnih koreninah

Pri iskanju orodij in načinov komuniciranja ter nagovarjanja skupnosti ste neverjetno ustvarjalni. Delati znate z malo sredstvi in najdete se tudi takrat, ko je zaradi jezikovnih ovir težko nagovoriti ljudi in skupine. Hvala, ker delite svojo modrost!

Koncept pravne države si zasluži posebno poglavje. Enciklopedija Britannica opredeljuje pravno državo kot »mehanizem, proces, institucijo, prakso ali normo, ki podpira enakost vseh državljanov pred zakonom, zagotavlja nearbitrarno obliko vladavine in na splošno preprečuje samovoljno uporabo oblasti«. Vse, kar počne EU, temelji na pogodbah, o katerih so se prostovoljno in demokratično dogovorile države EU. Pravo in pravičnost zagotavlja neodvisno sodstvo. Države EU so Sodišču Evropske unije podelile končno pristojnost – njegove sodbe morajo spoštovati vsi.

Zagotovo vam nobeden od teh izrazov ni nov. Zapisani so povsod in velikokrat se znajdejo na ustnicah vseh politikov in govornikov. Njihov pomen je pogosto izkrivljen ali manipulativno prilagojen diskurzom, ki teh vrednot ne spoštujejo in zanje nimajo prostora.

V tej zbirki orodij vam ponujamo tudi vaše zamisli o kontekstih, v katerih bi lahko govorili o omenjenih vrednotah z vašimi skupnostmi ali jim jih sporočali. Našli boste tudi orodja za motiviranje in moderiranje razprav.

Kot koncentrični krogi v vodi širite znanje, spoznanja in participativne prakse v svojih skupnostih. Zbornik želi biti motivacijski in informativni kamenček v vodi vašega vsakodnevnega dela v skupnosti.

Nasveti za načrtovanje delavnice

PRED DELAVNICO

KAJ JE TVOJ NAMEN?

Kaj bi radi sporočili – kaj je glavna tema vase delavnice, ki bi jo radi sporočili ostalim članom skupnosti. Aktivnost izberite skladno s tem namenom.

KDO SO NASLOVNIKI/UDELEŽENCI?

Kdo je vaša ciljna skupina – je ciljna skupina enotna ali zelo raznolika glede na znanje, interese, jezikovne predpostavke, starost, spol itd.? Pri načrtovanju delavnice imejte v mislih udeležence in njihove posebnosti. To vam bo pomagalo ne le pri izbiri prave dejavnosti, temveč tudi metode (skupinsko delo, velika skupina, večja ali manjša interaktivnost udeležencev itd.)

KDO JE IZVAJALEC?

Kakšni sta vaše ozadje in zanimanje za posredovanje teh tem in dejavnosti? Koga predstavljate in kako se boste predstavili?

KAKŠNE SO OKOLIŠČINE?

V kakšnem kontekstu poteka vaša komunikacija in predstavljanje tem (na primer sestanek z veliko udeleženci in razpravami, delavnica ali srečanje v majhni skupini, predstavitev za izbrane člane)?

TRAJANJE DELAVNICE

Zelo pomembno je tudi časovno načrtovanje delavnice ali njenih delov. Vsako orodje ima določen časovni okvir.

MED DELAVNICO

KAKO ZAČETI DELAVNICO?

Na začetku vedno poskusite ustvariti vzdušje sproščenosti in zaupanja (obstajajo orodja, ki jih lahko uporabite). Zaupanje v skupini je zelo pomembno, da se vsi udeleženci, vključno z vami, počutijo sprejete in dobrodošle.

VODENJE DELAVNICE IN RAZPRAVA

Vsako izvajanje delavnice zahteva prožno prilagajanje trenutnim razmeram in udeležencem. Orodja imajo okvirno določen časovni potek, ki se lahko med izvajanjem spremeni. To je nekaj normalnega, a časovne razporeditve se vam ni treba strogo držati. Če se pojavi zanimiva razprava, dajte udeležencem čas, da izrazijo svoje mnenje. Če razprava ne vodi nikamor ali se preveč oddaljuje od namena, udeležence z vprašanjem vrnite k temi.

Poskrbite, da bo imel vsak udeleženec čas izraziti svoje mnenje. To je še toliko bolj pomembno, če je med udeleženci nekdo zelo dominanten.

ZAKLJUČEK DELAVNICE/RAZPRAVA

Načrtujte vsaj 15 minut za zaključek razprave in delavnice, da ju ne bi prekinili, ker se je čas iztekel.

Prepričajte se, da imajo udeleženci občutek, da so izrazili svoje mnenje. Na vsa vprašanja, ki so bila postavljena med delavnico, je treba odgovoriti vsaj do te mere, da bodo udeleženci menili, da je v redu, tudi če bodo nekatere informacije prejeli pozneje (v primeru, da nanje ne morete odgovoriti na delavnici in bi jih morali preveriti – to jim povejte).

Če imajo udeleženci več vprašanj, jih povabite, da jih zapišejo in povejte, da boste nanje odgovorili po delavnici (če imate čas) ali kdaj drugič, po e-pošti, telefonu itd.

VREDNOTENJE

Pomembna točka vsake delavnice je evalvacija. Ob koncu delavnice povabite udeležence, da navedejo, katero temo ali točke so obravnavali.

Ocenjevanja ne razumite kot kritike svojega dela. Vrednotenje je proces učenja in dalo vam bo vpogled, na kaj morate biti bolj pozorni ali kaj morate naslednjič narediti drugače. Zapišite si, kaj so povedali, za lažje nadaljnje načrtovanje.

PO DELAVNICI

Vzemite si nekaj časa in ocenite svoje delo. Če delavnico vodita dva izvajalca, se ocenita med seboj in skupno izvedbo.

Preglejte oceno udeležencev in razmislite, kaj bi na naslednji delavnici bilo potrebno ali koristno spremeniti ali izpustiti.



Spisek

KAJ SI JE TREBA ZAPOMNITI?

PREVERJENO

Določite datum in čas dogodka.

Rezervirajte prostor in se prepričajte, ali je na voljo.

Določite dnevni red.

Dogovorite se z vsemi gostujočmi učitelji, govorniki, moderatorji itd.

Pripravite vabila in razmislite o načinu deljenja, na primer prek družbenih medijev, v brošurah, po elektronski pošti, kot osebno pismo, v glasilih lokalne skupnosti ali informativnih listih ali pa kombinirano.

Pravočasno povabite udeležence.

Ne pozabite poskrbeti za osvežilne napitke in morda celo pogostitev.

KAJ SI JE TREBA ZAPOMNITI?

PREVERJENO

Če ste skupina organizatorjev, si ne pozabite pred dogodkom skrbno razdeliti nalog, na primer: kdo bo odprl dogodek in pozdravil udeležence, kdo naj bo moderator itd.

V primeru, da se dogodka udeležujejo odrasli, nekateri napovedano skupaj z otroki, poskrbite, da bodo na prizorišču na voljo dejavnosti za otroke in morebitno varstvo otrok.

Natisnite vse gradivo, ki ga potrebujete, kot so dnevni red, informativni listi itd.

Ne pozabite na potrebni material, kot so papir in pisala za udeležence, flipchart table, barve in slike. Pred dogodkom je treba preveriti tudi tablice in projektor.

Pripravite potrdila za udeležence.

Kako uporabljati knjigo

Da bi lažje dostopali do orodij, ki jih morda iščete, so v priročniku razvrščena v pet kategorij. Vsaka kategorija predstavi, kako orodje uporabiti. Seveda se jih lahko uporablja na več načinov, zato jih lahko tudi prilagodite, da ustrezajo dejavnosti, ki jo izvajate s svojo skupino, in skupini, s katero delate.



Ta orodja se običajno uporabljajo na začetnem srečanju ali po odmorih za kot uvod v nadaljne delo, prebijanje ledu med udeleženci, predstavitev udeležencev, teme ter za pridobivanje zaupanja in navdušenja.

VŽIVLJANJE V DUHA

To so orodja za določanje delovnih ciljev, oblikovanje »pravil obnašanja« skupine, izboljšanje upravljanja časa ali razdelitev vlog in dolžnosti. Uporabijo se lahko na začetku dejavnosti in se »osvežijo« vsakič, ko se skupina organizacijsko zaplete.



ORGANIZIRANJE SKUPINSKEGA DELA



SESTAVLJANJE EKIPE

Udeleženci se prepoznajo kot del skupine. Ta orodja služijo za prepoznavanje njihovih vlog in talentov, spodbujanje sodelovanja in raziskovanje ter kako izboljšati skupinsko delo. So sodelovalna orodja, ki bodo ustvarila zaupanje in povezala ljudi.

Ta orodja so bolj specifična in služijo izboljšanju komunikacije med člani ekipe ter med ljudmi na splošno. Med njimi boste našli orodja za asertivno komunikacijo, nenasilno komunikacijo, zbiranje povratnih informacij, reševanje konfliktov itd.



IZBOLJŠANJE KOMUNIKACIJE

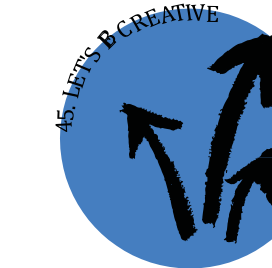
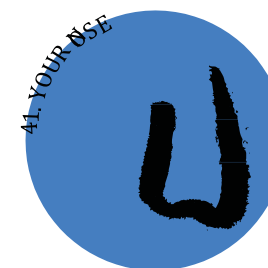
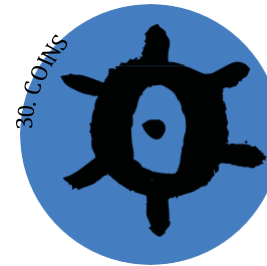
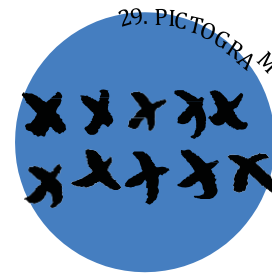


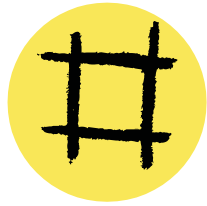
DELO S SPECIFIČNIMI TEMAMI

Tu boste našli delovna orodja za teme, kot so npr. državljanstvo, okolje, človekove pravice, demokracijo, raznolikost, opolnomočenje, osebne meje, skupno življenje in druge.

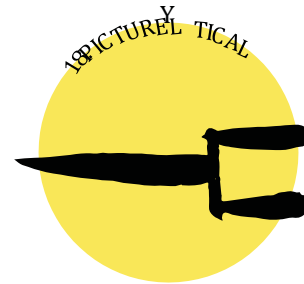


VŽIVLJANJE V DUHA: 8, 20, 27, 29, 30, 32, 33, 41, 42, 45, 46, 48, 52





ORGANIZIRANJE SKUPINSKEGA DELA: 2, 4, 6, 9, 14, 18, 23, 37, 44





SESTAVLJANJE EKIPE: 7, 11, 12, 28, 31, 34, 36, 54



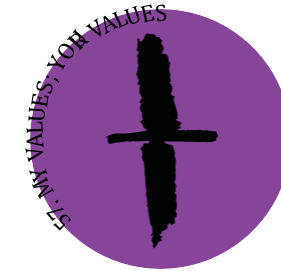
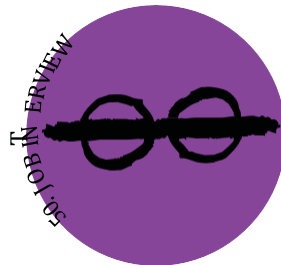
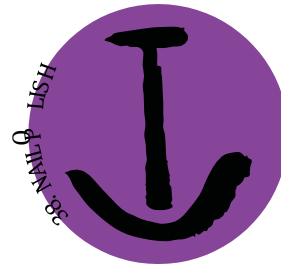
IZBOLJŠANJE KOMUNIKACIJE: 3, 15, 19, 21, 24, 25, 26, 35, 47, 49, 53, 56





DELO S SPECIFIČNIMI TEMAMI:

1, 5, 10, 13, 16, 17, 22, 38, 39, 40, 43, 50, 51, 57, 58







1. DRŽAVLJANSKE VREDNOTE

Ključne besede:

državljanstvo, vključevanje, družbene in demokratične vrednote.

Cilji:

- * razumeti različne koncepte državljanstva, vključno s formalnim in civilnim državljanstvom ter pomanjkanjem državljanstva,
- * razmišljati o posledicah in učinkih različnih oblik državljanstva ter njihovem vplivu na naše vsakdanje življenje.

Ciljna skupina:

načrtovana skupina, manjše skupine migrantov ali mešane skupine migrantov in domačinov; primerno za mlade in odrasle.

Trajanje:

30–60 minut, odvisno od števila udeležencev.

Kako to izvesti:

- 1) Predstavite različne vidike koncepta državljanstva s spodnjo sliko. Razlikujte med formalnim, neformalnim državljanstvom in državljanstvom EU.
- 2) Razmislite in razpravljajte o različnih vrstah državljanstva ter razlikah med njimi, vključno s tem, katere vrednote posamezna vrsta državljanstva predstavlja za posameznika in kako se lahko civilno državljanstvo izvaja v vsakdanjem življenju.
- 3) Predstavite zaključke razprave bodisi ustno bodisi pisno s pomočjo flipchart table.

POMNITE: Pomembno je, da nekaj časa posvetite uvodu, saj je razlikovanje med formalnim in civilnim državljanstvom za nekatere udeležence morda novo.

Kaj potrebujete:

- * predstavitev v PowerPointu, ki prikazuje sliko; možno je dodati tudi druge nazorne primere formalnega in neformalnega državljanstva,
- * veliki listi papirja ali flipchart table,
- * samolepilni lističi ali majhni listi papirja.

Izzivi:

Pomembno se je zavedati, da lahko koncept formalnega in civilnega državljanstva sproži občutljive razprave, saj so nekateri udeleženci morda zaprosili za nacionalno (in s tem evropsko) državljanstvo v državi, v kateri živijo zdaj, a ga še niso pridobili. To lahko izzove osebno razočaranje in celo diskriminacijo v skupini.



Formalno nacionalno državljanstvo

Državljanstvo je pravna povezava med osebo in državo.

Povezano je s številnimi državljanskimi, političnimi in socialnimi pravicami ter dolžnostmi, kot so služenje vojaškega roka, obvezno šolanje in izobraževanje v skladu z nacionalno zakonodajo itd.



Neformalno civilno državljanstvo

Državljanstvo je neformalna skupnost, ki povezuje osebe v skupni družbi.

Izraža se z našim medosebnim vedenjem in pripadnostjo družbi.



Formalno državljanstvo Evropske unije

Uvedeno je bilo z Maastrichtsko pogodbo leta 1992:
»Državljanstvo Unije ima vsak državljan države članice.«

V Amsterdamsko pogodbo iz leta 1997 je bil vključen naslednji dodatek: »Državljanstvo dopolnjuje nacionalno državljanstvo in ga ne nadomešča.«

Katere vrednote bi povezali z vsako vrsto državljanstva? Kaj bi bilo za vas najpomembnejše in zakaj?



2. RAZJASNITEV PRİČAKOVANJ

Ključne besede:

pričakovanja, cilji, načrtovanje, prelomnica.

Cilji:

- * razjasniti pričakovanja in cilje dogodka/sestanka/delavnice,
- * uresničiti pričakovanja udeležencev.

Ciljna skupina:

skupine migrantov ali mešane skupine migrantov in domačinov.

Trajanje:

- * 10 minut za začetni razmislek v skupini,
- * 3–5 minut na udeleženca, da izrazi svoja pričakovanja.

Kako to izvesti:

1. Pojasnite, da želite zagotoviti, da se pričakovanja udeležencev in organizatorjev dogodka ujemajo.
2. Na PowerPointu predstaviti ali listu papirja, ki ga daste vsakemu udeležencu, pokažite vprašanja za vajo (vprašanja so navedena spodaj). Nato naj vprašanja preučijo in po želji napišejo ključne besede.
3. Po 5–10 minutah naj vsak udeleženec predstavi svoje odgovore, vključno s pričakovanji glede dogodka. Za to ima na voljo 3–5 minut.
4. Povratne informacije zapišite na flipchart tablo in razložite, kako bodo omenjena vprašanja obravnavana v prihodnjih dogodkih. Ponudite možnost za pripombe in razmislek.

5. Ob koncu dogodka se vrnite k povratnim informacijam in razpravljajte o tem, ali so bila izpolnjena vsa pričakovanja.

POMNITE: Vajo je mogoče izvesti tudi v manjših skupinah (če je skupina večja), in ne individualno. V tem primeru jo lahko uporabite kot sredstvo za prebijanje ledu. Pomembno je, da ima vsak možnost spregovoriti in sodelovati.

Kaj potrebujete:

- * flipchart table za zapis povratnih informacij,
- * PowerPoint presentacijo za prikaz vprašanj v vajami,
- * samolepilni ali drugi lističi za zapis povratne informacije,
- * svinčniki.

Izzivi:

Pomembno je, da imajo udeleženci občutek, da se njihova mnenja in pričakovanja jemljejo resno. Sposobnost pokazati zanimanje in osebno zavzetost je ključnega pomena za uspeh vaje.



Pričakovanja udeležencev

Cilji in pričakovanja izvajalca

- * da dobite ...
- * da postanete ...
- * da dobite ...

Cilji in pričakovanja udeležencev

- * profesionalno
- * socialno
- * osebnostno

Kakšne so vaše potrebe, cilji in pričakovanja?



3. »GOVOR V DVIGALU«

Ključne besede:

komunikacijske spretnosti, osredotočen in jedrnat govor, predstavitvene spretnosti.

Cilji:

- * izboljšati komunikacijske spretnosti,
- * dajati usmerjene, pomembne in zanimive informacije.

Ciljna skupina:

skupine migrantov z dobrim znanjem jezika države sprejemnice.

Trajanje:

55 minut in 5–10 minut na udeleženca.

Kako to izvesti:

1. Naslednja navodila predstavite s PowerPoint predstavitevjo ali na flipchart tabli:

a) »Govor v dvigalu« je kratka zgodba o vas, ki jo poveste, ko se srečate z drugimi ljudmi. Predstavljajte si, da se med sabo ne poznate. Lahko predstavite:

- * kdo ste,
- * kaj delate,
- * kaj je vaša strast,
- * kaj si želite sedaj in v prihodnosti,
- * za kakšne vrednote se zavzimate,
- * o čem bi se radi pogovarjali z drugimi ljudmi.

b) »Govor v dvigalu« mora biti:

- * kratek: 30–60 sekund (to se lahko prilagodi skupini),
- * natančen: naravnost k bistvu in brez pojasnil,
- * avtentičen: izraža vaše vrednote in mnenje,
- * ustrezen: prilagodite sporočilo potrebam prejemnikov,
- * situacijski: prilagodite sporočilo razmeram in prejemnikom,
- * zavesten: v prejemnikih vzbudite radovednost in željo po dodatnem znanju, vendar ne bodite senzacionalistični.

c) Vzpostavljanje dialoga:

- * Povabite k vprašanju, dialogu in morda razpravi.
 - * Bodite strateški in vzpostavite dialog, ki si ga želite, v katerem se počutite udobno in ki ga lahko nadzorujete.
 - * Razmislite, ali bi dialog lahko zanimal tudi prejemnike.
2. Udeležencem dajte na voljo 45 minut, da zapišejo »govor v dvigalu«, njegova predstavitev pa naj traja od 5 do 10 minut.
 3. Vsak udeleženec naj svoj govor predstavi pred skupino.
 4. Po predstavitvah naj se v razgovoru podajo povratne informacije, kar naj traja 10 minut.

Nasveti za »govor v dvigalu«:

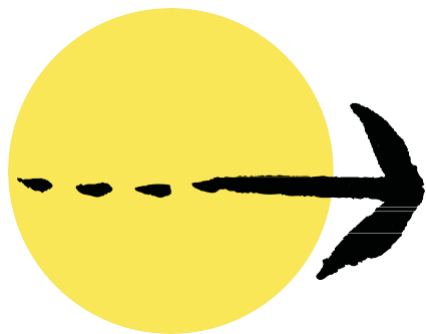
- * Uporabite jezik, ki je za vas pristen in lahko razumljiv.
- * Predstavite svoje interese – osebne, družbene, poklicne ali kulturne.
- * Ne spuščajte se v podrobnosti – uporabite specifične ključne besede, ki podajo jasne podatke o vas.
- * Vzpostavite očesni stik in se nasmehnite, vendar ne pretirano.
- * V govoru lahko uporabite retorična vprašanja.
- * Pokažite, da ste odprti za druga stališča.

Kaj potrebujete:

- * svinčniki ali pisala,
- * predloge za pisanje,
- * flipchart tabla ali PowerPoint predstavitev.

Izzivi:

Vedeti je treba, da nekateri ljudje zaradi vznemirjenja in treme ne zmorejo nastopati pred občinstvom. Nastopanje ne sme biti prisila.



4. DELAVNICA O PRIHODNOSTI

Ključne besede:

organizacija in načrtovanje, proces demokratičnih sprememb, aktivna udeležba, zavezanost.

Cilji:

* preučiti in razjasniti pomen sodelovanja.

Ciljna skupina:

predani in osredotočeni člani interesnih skupin, ki si prizadevajo za spremembe v svoji interesni skupini; samozavestni pri govornem izražanju mnenj, čeprav dobro znanje ciljnega jezika ni potrebno.

Trajanje:

v povprečju 180 minut, vendar se lahko delavnice prilagodijo določenimi temi, kar pomeni, da lahko trajajo tudi več dni.

Kako to izvesti:

1. Udeležence pred delavnico obvestite o temi, načinu dela in časovnem okviru.

2. Delavnica poteka v treh fazah, o prvih dveh se razpravlja pred celo skupino ali v majhnih skupinah:

* FAZA KRITIKE: udeleženci izrazijo svoje negativne izkušnje in občutke v zvezi s splošno temo, na primer slabo izkušnjo pri navezovanju stikov z drugimi kolegi. Vse izjave so opisane s ključnimi besedami. Napišejo naj jih na

flipchart table in jih nato razporedijo v tematske kroge.

* FANTAZIJSKA FAZA: udeleženci pomislijo na nasprotje kritike in razpravljajo o tem, kako jo je mogoče spremeniti v sanje in vizijo. Pripravijo predloge rešitev, imenovane utopični osnutki.

* FAZA REALIZACIJE: rešitve/utopični osnutki iz fantazijske faze se ocenijo glede na to, v kolikšni meri jih je mogoče uresničiti v praksi.

POMNITE: Potrebno je, da razpravo vodi moderator, ki na flipchart tablo zapisuje ključne besede in sproti povzema rezultate. To nalogo naj opravljajo 2–3 moderatorji, odvisno od velikosti skupine. Vsak udeleženec mora imeti možnost govoriti in biti slišan. Najpomembnejše pravilo pri tej nalogi je, da druge poslušamo, ne da bi jih prekinjali in njihove izjave zavrnila na netakten ali ponižujoč način.

Kaj potrebujete:

* flipchart table,

* samolepilni lističi, na katere lahko udeleženci napišejo ključne besede,

* veliki listi papirja, namenjeni delovnim skupinam za oblikovanje.

Izzivi:

Če je skupina velika, je morda dobro, da udeležence razdelite v manjše skupine. V tem primeru je pomembno, da so rezultati vseh skupin skrbno predstavljeni pred celo skupino, s čimer bodo rezultati delavnic o prihodnosti zajeli stališča in želje vseh udeležencev.



5. VEČ IDENTITET IN VREDNOT

Ključne besede:

identiteta, vrednote, raznolikost.

Cilji:

- * razmisliti o tem, kaj je najpomembnejše področje našega življenja,
- * prepoznati vrednote, norme in družbeno-kulturne tradicije, ki so prisotne na tem in drugih področjih življenja,
- * pogovoriti se o podobnostih in razlikah v prioritetah posameznikov,
- * ponazoriti številne, pogosto presenetljive vidike posameznikovega življenja in njegovih prednostnih nalog.

Ciljna skupina:

majhne skupine na tematskih delavnicah in srečanjih ter splošnih delavnicah.

Trajanje:

40 minut in 5–10 minut za skupino; 5–10 minut, če se uporablja kot spodbuda.

Kako to izvesti:

1. Vajo uvedite z navedbo zgornjih ciljev in prikazom slike (spodaj) na PowerPointu. Razložite, da ima veliko ljudi v družbi negativna prepričanja in predsodke o drugih ter da ne smemo soditi ljudi na podlagi le-teh. Uvod naj traja 10 minut.
2. Udeležence razdelite v skupine in jih prosite, da A) razpravljajo in pojasnijo osebne prioritete in B) jih v skupini po korakih pregledajo,

tako da drug drugega opozorijo na podobnosti in razlike ter se sprašujejo o njih.

3. Skupine prioritete kot ključne besede zapišejo na list papirja. Lahko določite tudi predstavnika, ki bo predstavil rezultate skupine, ti naj vključujejo raznolikost/podobnost prioritet, temeljne vrednote, povezane s prioritetami, in razmišljanje skupine o vzorcih v smislu družbenih vrednot, vrednot v skupnosti. Delo v skupini naj traja 30 minut.

4. Pred skupino predstavite in primerjajte rezultate skupin. To naj traja od 5 do 10 minut na skupino. Srečanje zaključite s skupnim razmislekom o tem, kako pomembno je spoštovati, da imajo lahko ljudje v življenju več identitet in prednostnih nalog.

POMNITE: Vaja se lahko izvede tudi kot kratka motivacijska vaja. V tem primeru razmislek o vrednotah in prednostnih nalogah ne bo tako poglobljen in temeljit.

Kaj potrebujete:

- * PowerPoint predstavitev, slika,
- * veliki listi papirja,
- * markerji in svinčniki.

Izzivi:

Pomembno je opazovati, ali vaja vznemirja nekatere udeležence, saj lahko pomeni razmišljanje o posameznikovi življenjski situaciji. V tem primeru jo je treba pazljivo zaključiti.





6. PROFIL OSEBE

Ključne besede:

analitično orodje, razlikovanje ciljnih skupin.

Cilji:

* sestaviti profil (izmišljene) skupine na podlagi izzivov, sanj, stališč in norm ciljne skupine, življenjskih pogojev in potreb v zvezi z blagom, socialnimi storitvami in izobraževanjem,

* poznati potrebe ciljne skupine.

Ciljna skupina:

skupine ljudi, ki imajo nekaj skupnega, na primer ljudje, katerih otroci obiskujejo isto šolo, ljudje, ki delajo skupaj, in podobno.

Trajanje:

30 minut za kratko profiliranje ciljne skupine, 180 minut za bolj poglobljeno profiliranje.

Opozoriti je treba, da gre za metodologijo, ki zahteva veliko časa, saj je za izdelavo profila skupine/osebe potrebnih več ur.

Kako to izvesti:

1. Razpravljajte o temah poizvedbe in oblikujte vprašalnik. Vključuje naj vprašanja, osredotočena na: osebne podatke, družino in odnose, stopnjo izobrazbe, zaposlitev, pristočasne dejavnosti, hobije, državljanstvo ter stališča in motivacijo.

2. Zberite podatke.

3. Obdelajte jih in sestavite profil skupine. Za predstavitev skupine in njenih članov lahko na podlagi zbranih podatkov opišete moškega ali žensko, ki tej skupini pripada: dajte jima ime, opišite njuno osebnost, povejte, kakšno službo imata, spregovorite o njihovih zanimanjih ali skrbih, hobijih in o tem, kaj počneta v prostem času.

POMNITE: Osebo je treba oblikovati kot preplet več resničnih oseb iz iste ciljne skupine, na primer mlado migrantko, staro od 18 do 35 let, brez službe in brez izobrazbe.

Pripomočki:

* PowerPoint predstavitev.

Izzivi:

Obstaja tveganje, da bodo opisi oseb preveč splošni in shematični ter tako ne bodo ustrezali dejanskim potrebam in zahtevam določene ciljne skupine. To lahko sproži strah pred stigmatizacijo.



7. VARNOSTNI KOMPAS

Ključne besede:

varnost v skupini, zavedanje medsebojnih potreb, povezanost skupine.

Cilji:

- * zagotoviti, da se udeleženci počutijo varne in sestavni del skupine,
- * spodbujati povezanost med člani skupine,
- * razmisliti o pomembnih aktivnostih in temah skupine v vsakdanjem življenju udeležencev.

Ciljna skupina:

delovne in družbene skupine.

Trajanje:

20–60 minut.

Kako to izvesti:

1. Udeležence seznanite z varnostnim kompasom (glejte spodnje gradivo) ter jasno opišite namene in cilje vaje.
2. Udeleženci individualno izpolnijo nalogo Varnostni kompas.
3. Kompase postavite enega poleg drugega, tako da so vidni.
4. Primerjajte in analizirajte rezultate. Preučite lahko tudi vzorce v ocenah.
5. Pogovorite se o rezultatih.
6. Skupaj razpravljajte o tem, katere pobude so potrebne, da bi okrepili odnose v skupini in povečali pomen njenih dejavnosti.

Rezultat razprave mora biti akcijski načrt, s katerim se strinjajo vsi udeleženci.

POMNITE: Če so se v skupini pojavile težave, je pomembno na nevtralen način omeniti, da je vaja lahko način za njihovo reševanje. Vajo lahko izvedete na začetku, če se udeleženci v skupini med seboj že poznajo, ali po nekaj srečanjih, da se ocenijo občutki udeležencev.

Kaj potrebujete:

- * kopija »Varnostnega kompasa« za vsakega udeleženca,
- * svinčniki ali pisala za vsakega udeleženca,
- * flipchart table za povzemanje skupnih rezultatov in odločitev.

Izzivi:

Nekateri udeleženci o svojih občutkih o skupini težko razpravljajo pred skupino. Obravnavano temo je mogoče posplošiti, da se pozornost odvrne od posameznikov. Vaja Varnostni kompas zahteva, da udeleženci razumejo njen sistem točkovanja ter da razumejo in poznajo koncepte, ki se v kompasu uporabljajo.

Se na sestanku se počutim varno?

1

Ali sem lahko na sestanku sam?

1

1

1

Ali so teme pomembne za moje vsakdanje življenje?

1

Imam občutek, da pripadam?





8. MOJ SKRIVNI HOBI

Ključne besede:

prebiti led, dobro vzdušje v skupini.

Cilji:

- * ustvariti nove skupine ljudi, ki se med seboj dobro razumejo,
- * udeležencem omogočiti, da se spoznajo med seboj.

Ciljna skupina:

skupine ljudi, ki se še ne poznajo med seboj.

Trajanje:

5 minut za uvod v dejavnost in 5 minut na osebo.

Kako to izvesti:

1. Vsakega udeleženca prosite, naj na listek ali majhen kos papirja napiše en hobi, ki ga ima ali ga je imel. Papirček naj prepognejo in ga dajo v skledo ali klobuk.
2. Ko to storijo, prosite nekoga, naj pred celo skupino vzame iz skleda ali klobuka en listek in ga glasno prebere.
3. Vsi naj ugibajo, kdo ima ali je imel ta hobi.
4. Če člani skupine po kratkem času osebe ne uganejo, naj se ta oglasi. Pove lahko nekaj o ozadju hobija, zakaj ga je izbrala in kaj ji pomeni.
5. Ta oseba naj izžreba naslednji listič in glasno prebere hobi, nato pa vajo ponavljamo, dokler niso izžrebani vsi listki.

POMNITE: Hobiji se lahko nadomestijo z drugimi temami, na primer »moje izkušnje s potovanji«. Če želijo udeleženci napisati več kot en hobi, morajo za vsakega uporabiti nov list papirja. Vaja naj poteka med delavnico ali srečanjem in ne kot prva dejavnost.

Kaj potrebujete:

- * samolepilni lističi ali lističi take velikosti,
- * klobuk ali skleda,
- * svinčniki ali pisala.

Izzivi:

Nekateri ljudje so sramežljivi in morda ne želijo govoriti pred drugimi. V tem primeru lahko svojo razlago zašepetajo nekemu, ki nato govori namesto njih.



Individualna naloga

* Vsak udeleženec na listek napiše hobi, s katerim se je ukvarjal ali se z njim še vedno aktivno ukvarja.

* Udeleženci listke prepognejo in zberejo v veliki skledi/klobuku.

Skupinska naloga

* Udeleženci izmenično jemljejo po en listek iz sklede/klobuka. Zapis v skupini tudi glasno preberejo.

* Člani skupine morajo uganiti, kdo ima/je imel hobi, napisan na listku.

* Če skupina po kratkem času ne more uganiti prave osebe, se ta oglasi sam in pove nekaj o ozadju hobija.

Hobi se lahko nadomesti s številnimi drugimi pojmi.



9. TOP DESET PRIORITET

Ključne besede:

prioritete, motivacija za sodelovanje.

Cilji:

- * vizualizirati, kaj je pomembno in potrebno za skupino,
- * razmisliti o motivaciji za sodelovanje v določenih skupinah in delavnicah.

Ciljna skupina:

odrasli in najstniki.

Trajanje:

120–180 minut za daljšo, poglobljeno različico, 60–90 minut za krajšo različico.

Kako to izvesti:

1. Udeležence razdelite v skupine glede na merila, kot je starost ali spol.
2. Jasno razložite cilje in potek vaje.
3. Udeležencem povejte, da so izjave na predlogi razvrščene po popolnoma naključnem vrstnem redu.
4. Izročite jim predlogo s prednostnimi nalogami. Vsak mora vse izjave na predlogi razvrstiti po pomembnosti na podlagi lestvice, kjer 10 pomeni najpomembnejšo nalogo. Dvema trditvama ni možno dodeliti enakega števila točk.

5. Ko končajo, svoje prioritete predstavijo drugim članom skupine. Vodja skupine sproti zbira rezultate v skupni predlogi, da nastane slika o splošnih prioritetah skupine. Če so v razvrstitvi prioritet velike razlike, se mora skupina o uvrstitvi prioritete na seznam »pogajati« ali pa končni seznam izbrati na drug način.

6. Ko se skupina o skupnem seznamu dogovori, napiše prioritete na list papirja po vrstnem redu. Vodja skupine mora zapisati tudi, kje so se morda v mnenjih razlikovali, vključno s tem, da najvišje prioritete enega ali več članov skupine morda niso vključene na skupni seznam ali pa so na njem postavljene nizko.

7. Vsak vodja skupine na plenarnem zasedanju predstavi prioritete svoje skupine, nato pa list obesi v prostoru.

8. Pogovorite se o rezultatih.

9. Pripravite skupni seznam prioritet, ki je lahko podlaga za nadaljnje načrtovanje dejavnosti in dogodkov. Ni nujno, da jih vsebuje 10 – lahko jih je več ali manj.

10. Razpravljajte o prioritetah, ki niso vključene na seznam ali pa so na seznamu prednostnih nalog nizko na lestvici.

POMNITE: Prostor mora biti dovolj velik, da lahko skupine delajo v miru in ne motijo druga druge.

Na začetku vaje je treba pojasniti, da kritika prioritet druge osebe ni dovoljena.

Kaj potrebujete:

- * prioritetni predlogi (glejte spodaj), čim bolj prilagojeni trenutni skupini: en predlog na udeleženca in vsaj dva predloga za pripravo povzetka v skupinah ter končni predlog za skupne cilje,
- * flipchart table za končni izdelek skupin, ki ga morajo prikazati,
- * PowerPoint predstavitev (izbirno) za opis postopka določanja prioritetnih ciljev.

Izzivi:

Tako kot pri vseh skupinskih procesih obstaja nevarnost skupinske dinamike, v kateri nekateri udeleženci prevladujejo, drugi pa ne želijo izraziti svojih želja, če niso v skladu z željami dominantnih oseb.



Čemu bi dali največjo prednost v skupnosti/združenju/...	1-10
Najpomembneje je, da se lahko za nekaj časa umaknem od doma in se zabavam z drugimi udeleženci.	
Najpomembneje je, da se organizirajo nekatera uveljavljena in pomembna tematska srečanja.	
Najpomembneje je, da skupnost/društvo načrtuje dejavnosti za moje otroke.	
Najpomembneje je, da pridobim več znanja o strategijah in odločitvah v svoji občini.	
Najpomembneje je, da se skupnost/društvo lahko srečuje z drugimi, ne glede na spol, starost, izobrazbo itd.	
Najpomembneje je, da sem v skupnosti del varnega socialnega omrežja, v katerem imamo enake vrednote.	
Najpomembneje je, da sem pridobil svež vpogled v družbene teme.	
Najpomembneje je, da lahko na srečanje pridem brez pritiska, kadar koli želim ali se počutim tako.	
Najpomembneje je, da se člani združenja/skupnosti dogodkov udeležujejo v velikem številu.	
Najpomembneje je, da se lahko srečam z drugimi osebami iste starosti in enakih pričakovanj.	



10. BARVNA OČALA – RAZLIČNI POGLEDI

Ključne besede:

različna mnenja, raznolikost, vključevanje, empatija, strpnost, ustvarjalnost.

Cilji:

- * poznati meje lastne tolerance,
- * iskati načine, kako spremeniti svoje netolerantno vedenje,
- * spodbujati vključevanje,
- * vrednotiti načela, vrednote in ustvarjalnost vsake osebe.

Ciljna skupina:

skupina 20–30 oseb, starih od 10 let, predhodno znanje ali informacije niso potrebne.

Trajanje:

40 minut.

Kako to izvesti:

1. Pomembno je, da gradivo pripravite vnaprej.
2. Vsakega udeleženca prosite, naj vzame kos barvnega kartona v barvi, ki mu ni všeč.
3. Iz njega naj oblikujejo in izdelajo par očal, ki jim ustreza.
4. Ko očala izdelajo, naj se udeleženci z enako barvo očal razvrstijo v skupine. Pogovarjajo naj se o tem, zakaj jim barva ni všeč, in povedo, katero biraje imeli.

5. V spodnji tabeli preberite, kaj simbolizira posamezna barva.
6. Razložite, da mora vsaka oseba prevzeti vedenje svoje barve in načrtovati rojstnodnevno zabavo.
7. S skupino delite izkušnjo, kako je nositi to barvo očal in se obnašati v skladu z njo.
8. Pogovorite se o tem, kako je, če se postavite na mesto nekoga drugega; kako lahko sprejmete ljudi, ki so drugačni; kako bi se spremenil svet, če bi prakticirali empatijo in strpnost.

POMNITE: Simboliko barv razložite šele, ko vsi končajo izdelati očala in pojasnijo, zakaj jim barva ni všeč. Razložite namen vaje: ne da bi se tega zavedali, na svet vedno gledamo skozi očala svojega notranjega jaza. Poskusite se postaviti na mesto drugih ljudi – nadenite si kdaj druga očala. To je vaja za komunikacijo in družbeno-kulturno vključevanje.

Kaj potrebujete:

- * karton v 10 barvah: rdeča, oranžna, rumena, roza, rjava, zelena, bela, modra, vijolična, črna,
- * škarje,
- * barvice ali flomastri.

Izzivi:

Največji izziv je postaviti se v vlogo ljudi, ki so lahko nestrpni.

Barve simbolizirajo ...

rdeča: zmorem in se bom potrudil
oranžna: previdnost – opozorilo
rumena: sijem – pomagam ti sijati
rožnata: skrbnik – zaščitnik
rjava: konfliktnost – pristranskost
zelena: pozitivnost – dobri odnosi
bela: želim izstopati
modra: mirnost – notranji mir
vijolična: empatičnost – razumevanje
črna: občutljivost – dramatičnost – negativnost



11. GOVOREČE ZASTAVE

Ključne besede:

migranti, različnost, podobnost.

Cilji:

* spoznavati podobnosti med ljudmi iz različnih okolij.

Ciljna skupina:

skupine ljudi, kot so sodelavci, ki prihajajo iz različnih migracijskih okolij, vendar govorijo isti jezik.

Trajanje:

60 minut.

Kako to izvesti:

1. Razdelite koščke kartona različnih barv.
2. Po vrsti povejte barvo svojega kartona. Vsaka oseba, ki ima to barvo na svoji nacionalni zastavi, naj pove tri pozitivne stvari o družbi v tej državi in tri negativne stvari, ki jih je treba spremeniti.
3. Ponovite z drugo barvo.

POMNITE: Udeležence lahko prosite, naj se oblečejo v barve nacionalne zastave, da bodo lahko spoznali različne zastave.

Kaj potrebujete:

- * barvni karton,
- * papir,
- * pisala.

Izzivi:

Ta naloga mora vzpostaviti enakost in poudariti podobnost med ljudmi iz različnih okolij. Največje tveganje je, da povzroči nestrpnost.



12. BREZNO

Ključne besede:

migranti, različnost, podobnost.

Cilji:

* spoznavati podobnosti med migranti iz različnih okolij.

Ciljna skupina:

skupine ljudi, kot so sodelavci, ki prihajajo iz različnih migracijskih okolij, vendar govorijo isti jezik.

Trajanje:

15 minut.

Kako to izvesti:

1. Udeležence povabite, naj se postavijo v dve vrsti (z ramo ob rami), tako da sta obrnjeni druga proti drugi.
2. Predstavljajo naj si, da je med obema vrstama in za njima globok prepad. Vsaka vrsta je široka toliko, kolikor znaša širina njihovih stopal.
3. Povejte jim, da se morajo v vrsti razvrstiti po mesecu rojstva (januar na enem koncu in december na drugem).
4. Ob podpori soigralcev morajo zamenjati mesta, ne da bi padli v prepad.
5. Ko so razvrščeni po mesecih, vsak pove svoj mesec rojstva, začnši z januarjem.

6. Drug drugemu čestitajte za dosežek.

7. Razmislite o vaji. To lahko začnete z vprašanjem: »Kaj bi lahko pomenilo brezno?« Vsem udeležencem je treba dati možnost, da sodelujejo v razpravi.

POMNITE: To ni tekmovanje. Namen vaje je, da se med seboj podpremo in dosežemo cilj – se razvrstimo po mesecu rojstva.

Kaj potrebujete:

* velik, tih prostor.

Izzivi:

Izziv je ustvariti različne načine sodelovanja.



13. PROBLEM

Kaj potrebujete:

- * papir,
- * pisala,
- * klobuk ali posoda.

Izzivi:

Jih ni.

Ključne besede:

timsko delo, reševanje problemov, učinkoviti rezultati.

Cilji:

- * analizirati in iskati rešitve problema,
- * sposobnost dela v skupini,
- * poslušati in vrednotiti različna mnenja.

Ciljna skupina:

skupine ljudi iz različnih skupnosti; primerno za vse ljudi vseh starosti.

Trajanje:

60 minut.

Kako to izvesti:

1. Na list papirja zapišite težavo, s katero se soočajo migranti, na primer: migrant, ki ima težave pri vključevanju v lokalno družbo.
2. Papir prepognite in ga dajte v posodo.
3. Iz posode potegnite naključni papirček.
4. Kot skupina analizirajte problem in poiščite rešitev.
5. Ko najdete rešitev, mora udeleženec, ki je ta problem navedel, povedati, ali je bila rešitev v pomoč.



14.

DRUŽINSKO DREVO

Ključne besede:

razlike, podobnosti, različnost, vključevanje, večkulturnost.

Cilji:

- * vizualizirati in razumeti raznolikost in večkulturnost v naši družbi,
- * pomagati pri vključevanju.

Ciljna skupina:

večkulturne skupine vseh starosti, po možnosti od otrok do starejših; če je mogoče, skupine ljudi, ki govorijo isti jezik.

Trajanje:

45–60 minut.

Kako to izvesti:

1. Povabite vsakega udeleženca, naj pove, od kod prihajajo njegovi stari starši; navedite državo in regijo.
2. Državo in regijo napišite na listek in ga prilepite na flipchart ali navadno tablo.
3. Udeležencem povejte, naj razmislijo in razpravljajo o kulturi, ki so jim jo predali njihovi stari starši: kako vpliva na njihovo današnje življenje; ali počnejo stvari, ki so jih naučili stari starši, ali v družbi, v kateri živijo zdaj, to ni običajno.

4. Udeleženci naj razpravljajo o podobnostih med kulturami in primerjajo kulturo njihovih starih staršev s kulturo države, v kateri zdaj živijo.

POMNITE: Če to vajo izvajajo ljudje, ki govorijo različne jezike, lahko uporabite zemljevid in pantomimo. Poudarite, da se kulture med seboj razlikujejo in da nobena ni nadrejena ali podrejena.

Kaj potrebujete:

- * samolepilni lističi,
- * pisala,
- * flipchart tabla ali tabla.

Izzivi:

To dejavnost je treba voditi, da se lahko vsi udeleženci izrazijo in nihče ne prevladuje v pripovedovanju zgodb.



15. MOJ ČAS ZATE

Ključne besede:

mreženje, izmenjava najboljših praks.

Cilji:

- * izmenjati strokovno znanje in izkušnje,
- * povezovati v mrežo,
- * deliti učinkovite in inovativne metode za vse.

Ciljna skupina:

primerno za vse starosti, udeleženci morajo imeti izkušnje na določenem področju.

Trajanje:

60–90 minut.

Kako to izvesti:

1. Udeležence prosite, naj iz skupine izberejo enega partnerja.
2. Partnerji imajo pet minut časa, da se na kratko predstavijo ter izmenjajo informacije in svoje izkušnje o določeni temi. Govoriti morajo o osebnih izkušnjah – brez teorije! Udeležence prosimo, da si delajo zapiske.
3. Po petih minutah naj se zasliši alarm. Udeležencem povejte, naj zamenjajo partnerje in ponovijo vajo.
4. Ko so se vsi udeleženci pogovarjali z vsemi, imajo na voljo pet minut, da sestavijo besedilo o najbolj izvirnih in pomembnih točkah iz pogovorov.

POMNITE: Poudarite, kako pomembno je, da se držite omejenega časa – 2,5 minute na osebo.

Kaj potrebujete:

- * papir,
- * svinčnik,
- * stoparica/alarm.

Izzivi:

Manj izkušene osebe se lahko počutijo nekoliko negotove zaradi bolj izkušenih kolegov.



16. ZAČETEK USTVARJANJA

Ključne besede:

ustvarjanje zaupanja, komunikacija, timsko delo, razvoj dejavnosti.

Cilji:

- * okrepiti timsko delo,
- * razviti cilje in dinamike, ki se uporabljajo pri različnih dejavnostih, predlogih ali projektih,
- * odkrivati značilnosti vsake osebe v skupini.

Ciljna skupina:

skupine od 5 do 15 udeležencev, po možnosti iz multidisciplinarnih delovnih skupin, ki že sodelujejo.

Trajanje:

60–120 minut.

Kako to izvesti:

1. Določite čas, datum in kraj srečanja.
2. Če je skupina velika, udeležence razdelite v manjše skupine, v katerih bo za vsako vprašanje na razpolago en govornik, torej ne en govornik za vsa vprašanja.
3. Skupini ali skupinam predstavite vprašanja, na primer: Kakšna je tema, ki jo bomo obravnavali?
Kakšni so naši cilji?
Kateri del prebivalstva želimo nagovoriti? Katere dejavnosti želimo izvajati in zakaj?

4. Skupine naj se z vsakim vprašanjem ločeno ukvarjajo 10 minut in za vsako pripravijo največ tri zaključke, ki jih nato predstavijo celotni skupini.

5. Ko skupine zaključijo s predstavitvijo, bodo vsi udeleženci ocenili še najpogostejše zaključke posameznih skupin.

6. Skupina skupaj določi načrt na podlagi ciljev, dejavnosti ter prednosti in slabosti, ki so bile izpostavljene v zgornji vaji.

POMNITE: Po zaključku je treba sklicati nov sestanek, da se določita urnik in razdelitev dela (komisije ali podskupine). To ni enkratna dejavnost, temveč izbrana metoda dela, ki se redno izvaja na sestankih.

Kaj potrebujete:

- * velik zaprt prostor, kot je sejna soba, z mizami in stoli,
- * papir,
- * pisala,
- * bela table,
- * pisala za tablo.

Izzivi:

Ta metodologija lahko deluje na različnih ravneh in z različnimi skupinami, ki morajo razvijati in usklajevati svoje dejavnosti, predloge ali projekte. Razlikuje se od drugih, saj je odvisna od potreb in zahtev, ki se pojavljajo pri razvoju in načrtovanju dejavnosti.



17. TAKO IZGLEDAM – TAKO ME VIDIJO

Ključne besede:

samoocenjevanje, opolnomočenje, samozavedanje, priznavanje, sprejemanje, drugi pogledi in mnenja.

Cilji:

- * učiti se prepoznavati svoje prednosti in slabosti,
- * sprejemati mnenja drugih ljudi o nas.

Ciljna skupina:

skupina 10 otrok, mladih ali odraslih.

Trajanje:

30–40 minut.

Kako to izvesti:

1. List papirja razdelite na tri dele. V sredino narišite avtoportret. V desni del napišite svoje prednosti, v levi pa, kaj bi radi pri sebi izboljšali. Levi in desni del prepognite nazaj, tako da je vidna samo slika.
2. Poiščite drugega udeleženca in mu pokažite risbo, pri tem pa pazite, da ne vidi, kaj ste napisali. Druga oseba mora opisati, kaj se mu zdi pri vas pozitivno in kaj bi morali izboljšati.
3. Primerjajte, kaj ste napisali o sebi, s tem, kako vas dojema drugi, in o tem razmislite.
4. Na lističe napišite spodbudne besede in misli ter jih postavite na vidno mesto v sobi.

Spodbudne besede so lahko: »Zmorem.«, »Imam se rad.«, »Cenim se, tako kot cenim svoje prijatelje in družino.«

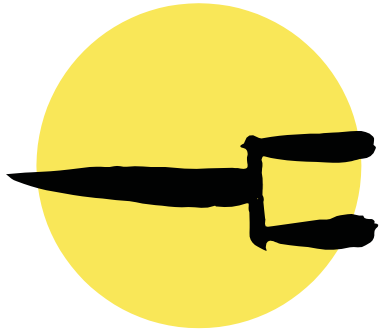
POMNITE: Udeležencem predlagajte, naj si te stavke ponavljajo med tednom, da bi jih spodbudili.

Kaj potrebujete:

- * papir,
- * barvna pisala ali svinčniki,
- * svinčniki,
- * selotejp za lepljenje spodbudnih besed na steno,
- * velik in tih prostor z mizo in stoli.

Izzivi:

Spoznavanje takšnih, kakršni ste.



18.

SLIKOVITO

Ključne besede:

izražanje mnenj, stili poučevanja in moderiranja.

Cilji:

- * spoznavati različne stile poučevanja in moderiranja ter kako jih izvajati,
- * jasno in spoštljivo izražati mnenja,
- * poslušati mnenja drugih.

Ciljna skupina:

skupine ljudi, ki se ukvarjajo s poučevanjem in moderiranjem;
skupine ljudi, ki razpravljajo o določeni skupni temi.

Trajanje:

20–30 minut.

Kako to izvesti:

1. Na tla postavite več slik, ki prikazujejo različne stile poučevanja.
2. Udeležence prosite, naj si slike ogledajo in se postavijo ob tisto, s katero se strinjajo ali se ob njej najbolje počutijo.
3. Vsak udeleženec naj pojasni, zakaj je izbral prav to sliko.
4. Razložite, da ni pravilnega ali napačnega odgovora in da vse slike prikazujejo dobre načine poučevanja.

POMNITE: Pri tej metodi lahko podobe zamenjate z besedami. Metodo lahko uporabimo pri različnih temah. Če je tema »Kaj predstavlja demokracijo?«, so lahko dane besede: SVOBODNE VOLITVE, MIR, SVOBODA, BREZ KORUPCIJE.

Kaj potrebujete:

- * slike, ki prikazujejo različne stile poučevanja: POUČEVANJE V SKUPINI, DELAVNICA, MODERIRANJE, ČELNO POUČEVANJE,
- * dovolj velik prostor za toliko udeležencev, kolikor jih je potrebnih za izvedbo dejavnosti.

Izzivi:

Pri izvajanju te metode se je treba zavedati možnosti konfliktov pri spornih temah.



19. KAJ PA TI MENIŠ?

Ključne besede:

razprava, izražanje mnenj, razlike v mnenjih.

Cilji:

- * razvijati spretnosti razpravljanja in argumentiranja,
- * spoštovati mnenja drugih,
- * spoštljivo izražati svoja mnenja.

Ciljna skupina:

skupine migrantov; ljudje s slabim znanjem jezika lahko sodelujejo z uporabo govornice telesa ali pa svoje mnenje izrazijo tako, da se postavijo v prostor.

Trajanje:

50 minut.

Kako to izvesti:

1. Začnite proces razmišljanja z vprašanjem, na primer: Kaj je demokracija?
2. Udeležencem dajte 1–2 minuti časa, da na listek napišejo svoje razumevanje, kaj demokracija je. Listek naj nalepijo na flipchart tablo in glasno preberejo, kar so napisali.
3. Udeležencem povejte, naj si predstavljajo črto, ki poteka po sredini prostora. Na nasprotnih straneh namišljene črte na tla nalepite list papirja, na katerem je napisano SOGLAŠAM ali NE SOGLAŠAM.

4. Udeležence povabite, naj vstanejo in se postavijo v vrsto. Razložite, da boste prebrali izjave s flipchart table.

Če se udeleženec strinja, naj se postavi na stran SOGLAŠAM; če se ne strinja, naj se postavi na stran NE SOGLAŠAM.

5. Poudarite, naj se postavijo glede na to, v kolikšni meri se strinjajo ali ne strinjajo s trditvami. Bolj ko so bližje namišljeni črti, šibkejša je njihovo strinjanje ali nestrinjanje z izjavo.

6. Po vsaki izjavi sledi kratka razprava, med katero avtor izjave pojasni svoje stališče, drugi pa razmislijo in pojasnijo, zakaj so se odločili postaviti tja, kjer stojijo. Mogoče je, da udeleženec med razpravo spremeni svoje mnenje in s tem tudi stališče, ki ga zavzema.

7. Ko preberete vse izjave, skupino ponovno zberite za razpravo in poročanje. Spodbuda so lahko naslednja vprašanja: Ali je bilo na katero od vprašanj težko odgovoriti, ker ste se težko odločili? Ste bili presenečeni nad stopnjo nestrinjanja pri nekaterih vprašanjih? Ali obstajajo pravilni ali napačni odgovori ali so le odvisni od prepričanja posameznika?

Kaj potrebujete:

- * dva lista papirja z besedama SOGLAŠAM in NE SOGLAŠAM,
- * samolepljivi lističi,
- * pisala in svinčniki,
- * flipchart tabla,
- * prostor za gibanje.

Izzivi:

Pri pripravi izjav bodite pozorni na profil udeležencev; zavedajte se meje, do katere udeleženci poznajo temo in razumejo besedišče; ne izberite teme, ki bi lahko povzročila konflikte.



20. MOJ NAJLJUBŠI DEL TELESA

Ključne besede:

prebiti led.

Cilji:

- * spoznavati druge udeležence,
- * stimulirati pozitivno, mirno in zaupljivo okolje pred začetkom delavnice.

Ciljna skupina:

skupine migrantov, po možnosti razdeljene glede na spol; primerno za vse starosti in oba spola.

Trajanje:

15 minut.

Kako to izvesti:

1. Udeležence prosite, naj razmislijo o svojem najljubšem ali najpomembnejšem delu telesa ali o nečem posebnem, kar jim je na telesu všeč. To si bodisi zapišejo bodisi narišejo.
2. Udeležence razporedite v pare in jih prosite, naj se drug drugemu predstavijo, tako da spregovorijo o svojem delu telesa.
3. Vsakega udeleženca prosite, naj predstavi svojega partnerja.

POMNITE: Uporabite lahko fotografije različnih delov telesa ali ljudi različnega videza in prosite udeležence, da izbirajo med njimi. Če je komu neprijetno izvajati to vajo z osebo drugega spola, izvajajte dejavnost v skupinah, razdeljenih po spolu.

Kaj potrebujete:

- * listi A4,
- * flomastri,
- * svinčniki,
- * pisala,
- * flipchart tabla.

Izzivi:

Bodite pozorni na udeležence, ki jim je neprijetno govoriti o delih svojega telesa.



21. NEPRIČAKOVANA SITUACIJA

Ključne besede:

obvladovanje nepričakovanih situacij, premagovanje izzivov.

Cilji:

- * obvladovati nepričakovane situacije med poučevanjem jezika,
- * pridobivati nove komunikacijske, pedagoške in moderatorske spretnosti.

Ciljna skupina:

skupine migrantov, ki govorijo isti jezik.

Trajanje:

60 minut.

Kako to izvesti:

1. Pozdravite udeležence in razložite, da je prišlo do nepričakovane situacije, kar pomeni, da bo učna ura potekala drugače, kot je bilo načrtovano.
2. Prosite jih, naj se usedejo v krog. Enemu udeležencu dajte žogo in ga prosite, naj pove besedo v ciljnem jeziku. Nato naj žogo vrže drugemu udeležencu, ta mora povedati besedo v ciljnem jeziku, ki se začne z zadnjo črko prejšnje besede, ali besedo iz iste besedne družine.
3. Vadite rabo besed, tako da z njimi sestavljate stavke, jih rišete ali zaigrate.
4. Vadite drugo besedišče, tako da pokažete na predmete v učilnici in prosite udeležence, naj jih poimenujejo v ciljnem jeziku.

Kaj potrebujete:

- * žoga,
- * papir,
- * flomastri,
- * barvice.

Izzivi:

Udeleženci bodo morda nezadovoljni, ker je vaja drugačna od pričakovane. V tem primeru se bo treba odločiti, ali je dobro z aktivnostjo nadaljevati ali jo preklicati.



22. »RECYCLO GARBO DEMO«

Ključne besede:

recikliranje, ločevanje odpadkov.

Cilji:

- * spoznavati različne vrste odpadkov,
- * učiti se o tem, kako ločiti odpadke in kje jih reciklirati,
- * razumeti, zakaj je recikliranje pomembno,
- * ohranjati okolje.

Ciljna skupina:

skupnosti migrantov; primerno za vse starosti in ljudi z osnovno do višjo stopnjo znanja jezika.

Trajanje:

60 minut.

Kako to izvesti:

1. Udeležence vprašajte, ali vedo, kako pravilno ločevati odpadke. Delavnico prilagodite njihovim odgovorom.
2. Predstavite, kako pravilno ločevati odpadke. To lahko storite s pomočjo predstavitve v programu PowerPoint in izročkov z ustreznimi informacijami.
3. Pokažite različne primere dejanskih odpadkov in vrste smetnjakov ter razložite, katero vrsto smeti je treba odložiti v vsakega od njih.
4. Smeti položite na tla, udeleženci pa naj jih sortirajo.
5. Ko so smeti pravilno ločene, jih je treba pospraviti v pravi zabojnik.

POMNITE: Namesto dejanskih smeti lahko uporabite slike le-teh. Namesto košev je mogoče uporabiti barvni papir, udeleženci pa smeti postavijo poleg ustrezne barve.

Kaj potrebujete:

- * predstavitev v PowerPointu,
- * zloženske,
- * smeti ali slike le-teh,
- * različne škatle, ki služijo kot zabojniki za odpadke ali barvni papir.

Izzivi:

Zagotoviti je treba, da udeleženci razumejo jezik pogovora. Če je njihovo znanje šibko, bo treba gradivo napisati tudi v njihovem jeziku.



23. UPRAVLJANJE S ČASOM

Ključne besede:

čas, urniki, sestanki, roki.

Cilji:

- * spoznati, kaj je čas in kakšen je njegov pomen v našem življenju,
- * izboljšati obvladovanje časa.

Ciljna skupina:

skupine migrantov, predvsem tiste, v čigar kulturi je pojmovanje časa, rokov drugačno kot v državi sprejemnici.

Trajanje:

90 minut.

Kako to izvesti:

1. Predstavite temo s kratkimi prispevki, v katerih razložite, kaj je čas, kakšna sta njegov pomen in učinki.
2. Izvedite različne vaje, ki ponazarjajo pomen dobrega in učinke slabega upravljanja časa.
3. Izvedite različne vaje, ki udeležencem pomagajo bolje načrtovati in upravljati čas.
4. Razpravljajte o času in načrtovanju le-tega.

Kaj potrebujete:

- * predstavitev v PowerPointu, ki jo pripravi vodja delavnice,
- * dejavnosti za udeležence, ki jih je pred delavnico pripravil vodja,
- * stenska ali ročna ura,
- * koledar.

Izzivi:

Treba se je zavedati kulturnih razlik v pojmovanju časa.



24. JAZ, TI, MI

Ključne besede:

komunikacija, preprečevanje konfliktov, potrebe, čustva, različno dojemanje, komunikacijska orodja.

Cilji:

- * spoznavati tehnike strateškega komuniciranja,
- * razvijati veščine strateškega komuniciranja,
- * zavedati se svojih čustev in potreb ter kako jih sporočiti.

Ciljna skupina:

manjše skupine migrantov istega spola; potrebna je visoka raven znanja jezika.

Trajanje:

60 minut.

Kako to izvesti:

1. Udeležencem postavite naslednja vprašanja:

- Kaj je »JAZ-govor«, »TI-govor« in »MI-govor«?
 - Kakšna je razlika med kritiziranjem vedenja in kritiziranjem neke osebe?
2. Razložite pojem »JAZ govorim, TI govoriš in MI govorimo«.

JAZ-GOVOR je tehnika strateškega komuniciranja. Ponuja možnost konstruktivnega in konkretnega izražanja potreb in želja. Vključuje vedenje in čustva, ne da bi pri tem zanemarili osebo. Ne vodi k izogibanju konfliktom, temveč gre za odpiranje komunikacijskih kanalov, da bi razpravljali o prvotnih razlogih za konflikt. JAZ-GOVOR kaže pripravljenost za komunikacijo in iskanje obojestransko sprejemljivih rešitev. Na ta način kritiziramo vedenje in ne osebnosti.

Struktura JAZ-GOVORA:

- »Kot jaz vidim ...« – govorimo o dejanju druge osebe.
- »Jaz čutim ...« ali »Jaz želim ...« – govorimo o lastnem odzivu brez samoobtoževanja ali opravičevanja.
- »Želim si ...« ali »Rad bi ...« – govorimo o rezultatu, ki si ga želimo, ne da bi ga zahtevali.

Na primer:

Ko mi rečeš, naj utihnem, se počutim prizadetega. Želim si, da bi se lahko pogovorila in da bi mi povedal, kaj te v resnici moti.

Primerjava med JAZ-GOVOROM, TI-GOVOROM in MI-GOVOROM:

Primer TI-GOVORA:

»Dobro, Nikola, ali lahko nehaš govoriti? Resnično si brezobziren!«

Primer MI-GOVORA:

»Vsi vemo, da je Nikola brezobziren in nikoli ne poslušša, ko govorijo drugi.«

Primer JAZ-GOVORA:

»Nikola, res me moti, ko me prekinjaš, ker imam občutek, da me ne spoštuješ. Rad bi bil slišan in pomembno mi je tvoje mnenje.«

3. V parih sodelujte pri izvedbi naslednje vaje.

Pomislite na situacijo, ki vas je razjela, in razložite okoliščine svojemu partnerju. V igri vlog naj se partner nanjo spontano odzove. Svojo jezo morata nato oblikovati v jaz-sporočilu.

4. Posedite skupino v krog in vse prosite, naj dopolnijo naslednje izjave: »V komunikaciji z ljudmi mi ni všeč, če nekdo ...«, nato naj vsaj pove, kaj mu, ko komunicira z drugimi, ni všeč.

»V takšni situaciji se odzovem ... «

5. Medtem ko sedijo v krogu, prosite udeležence, naj na list papirja napišejo pohvalno sporočilo nekemu, ki ga poznajo. Sporočila dajte v klobuk. Iz klobuka vzemite po eno sporočilo naenkrat in ga glasno preberite. Udeleženci morajo ugotoviti, ali je sporočilo izraženo v JAZ-GOVORU. Če ni, morajo povedati, kako bi ga preoblikovali v JAZ-GOVOR.

POMNITE: Priporočljivo je, da vajo najprej izvajate v skupini, v kateri so konflikti malo verjetni. Če udeleženci ne želijo deliti situacije, v kateri občutijo jezo, lahko vajo izvedejo sami in situacijo napišejo na list papirja ali jo celo narišejo.

Kaj potrebujete:

- * list papirja za vsakega udeleženca,
- * pisala ali svinčniki,
- * klobuk ali torba za tretjo vajo.

Izzivi:

Pri vaji lahko pride do konflikta med udeleženci. Treba se je dobro pripraviti na reševanje takšnih situacij.



25. NE SRAMUJ SE

Ključne besede:

komunikacija, sramežljivi udeleženci, okolje, ki vzbuja zaupanje.

Cilji:

- * zagotoviti varno in zaupanja vredno okolje,
- * pridobiti zaupanje udeležencev, da bodo želeli deliti svoja mnenja.

Ciljna skupina:

skupine pismenih, a sramežljivih migrantov, ki govorijo skupni jezik.

Trajanje:

30 minut.

Kako to izvesti:

1. Spregovorite z udeleženci in s katero od metod poskušajte prebiti led, da se bodo v skupini počutili dobro.
2. Navedite temo, o kateri bi radi razpravljali.
3. Udeležencem dajte svinčnike in papir ter jih prosite, naj napišejo, kaj si mislijo o temi. Če želijo, se lahko na list podpišejo.
4. Izjave postavite v škatlo.
5. Vsako izjavo posebej preberite in udeležence spodbudite k razpravi.

POMNITE: Korak 5 lahko izpustite, če so udeleženci zelo sramežljivi.

Kaj potrebujete:

- * svinčniki,
- * papir,
- * pokrovček,
- * metoda za »prebitje ledu« (opsijsko)

Izzivi:

Nekateri udeleženci so morda še vedno preveč sramežljivi, da bi izrazili svoje mnenje.



26. OBVLADOVANJE KONFLIKTA

Ključne besede:

komunikacija, preprečevanje konfliktov.

Cilji:

- * razumeti vzroke za konflikte,
- * učinkovito reševati konflikte.

Ciljna skupina:

manjše skupine migrantov, razdeljene po spolu; potrebna je dobra raven poznavanja določenega jezika.

Trajanje:

145 minut.

Kako to izvesti:

1. Predstavite temo s pomočjo predstavitve v PowerPointu. Vključuje naj razloge za nastanek konfliktov in ovire pri komunikaciji. Možne razlage:

- a) Semantične ovire lahko povzročijo nesporazume; prejemnik sporočila morda ne bo pravilno razumel, kaj govorec misli.
- b) Konflikt lahko povzročijo tudi posameznikovi predsodki, vrednote in stališča. Opredelite pojem »predsodek« in pokažite, da lahko predsodki delujejo v obe smeri.

Navedite primer migrantskih skupnosti: država gostiteljica ima pogosto predsodke do migrantov, vendar imajo tudi migrantske skupnosti lastne predsodke do države gostiteljice.

2. Izvedite igranje vlog v konfliktnih situacijah, ki morajo biti takšne, da se udeleženci lahko z njimi poistovetijo. Igre vlog pripravite vnaprej.
3. Razpravljajte o situacijah in igrah vlog ter poudarite, kje v konfliktu je odločalo posameznikovo dožemanje in kje predsodki.
4. Udeležence usmerite, da sami poiščejo rešitve; vprašajte jih, kako bi obvladovali konflikt; seznanite jih z njihovimi lastnimi veščinami obvladovanja konfliktov – ali so konstruktivne ali destruktivne. Po razpravi predstavite načine za reševanje ali preprečevanje konfliktov.

POMNITE: Če nihče ne želi izvesti igre vlog, lahko situacijo le preberete in nato nadaljujete z razpravo. Igre vlog ne imenujte »igra«, saj lahko to ljudi odvrne od izvedbe.

Kaj potrebujete:

- * PowerPoint predstavitev.

Izzivi:

Bodite pripravljeni posredovati v primeru konflikta.



27. MAČEK V ŽAKLJU

Kaj potrebujete:
* lepo zavita darila.

Izzivi:
Jih ni.

Ključne besede:

pričakovanja, fantazija, realnost, predpostavke.

Cilji:

- * začeti razpravo o pričakovanjih in predvidevanjih v primerjavi z resničnostjo,
- * razumeti nasprotja med predpostavko in resničnostjo,
- * razvijanje zaupanja v skupini.

Ciljna skupina:

primerno za vse skupine in starosti; priporočljivo tudi za otroke.

Trajanje:

15 minut (odvisno od velikosti skupine).

Kako to izvesti:

1. Udeležence prosite, naj se usedejo v krog. Na sredino postavite zavito darilo za vsako osebo.
2. Vsak udeleženec naj darilo vzame in, ne da bi ga odprl, ugane, kaj je v notranjosti paketa.
3. Po dveh minutah dovolite, da svoje darilo odprejo. Vprašajte jih, ali so pravilno uganili; ali so pričakovali kaj drugega; kako se počutijo.

POMNITE: Če je možno, podarite simbolična darila.



28. OGNJENA ŽOGA

Ključne besede:

čustva, strahovi, mnenja, reševanje konfliktov.

Cilji:

- * pomagati pri reševanju sporov,
- * upravljati čustva in strahove,
- * razmisliti o situaciji, ki nas lahko čustveno prizadene, in o možnih »izhodih«,
- * vzpostaviti empatijo v skupini.

Ciljna skupina:

1 oseba ali skupina; primerno za odrasle in otroke.

Trajanje:

1–3 minute na udeleženca.

Kako to izvesti:

1. Vsakemu udeležencu dajte teniško žogico.
2. Ugasnite luči.
3. V počasnem in mirnem tonu povejte naslednje:
Zaprte oči ter zavestno in globoko dihajte. Vdihnite skozi nos in izdihnite skozi usta. V roke vzemite žogo in zavesto zaznavajte njeno površino. Kaj čutite? Kako jo čutite? V mislih opišite, kaj čutite. Vse te občutke v mislih prenesite na površino žoge. Pokrijte

in napolnite jo z vsemi občutki in čustvi, ki se vam v tem trenutku porajajo. Občutja povežite z barvo, vonjem, poimenujte jih. Žogico trdno držite. Predstavljajte si, da se začenja segrevati, je prijetno topla, počasi postaja vse toplejša, dokler ni vroča in peče. Dihajte globoko, zelo globoko in ...

MOŽNOST 1: s pihanjem pogasite ogenj.

MOŽNOST 2: predajte žogo osebi na vaši levi.

MOŽNOST 3: vrzite žogo stran.

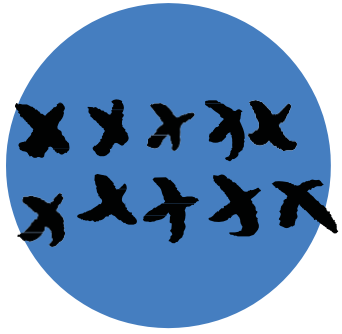
4. Pogovorite se o občutkih, ki so jih udeleženci zaznali na površini žoge; o tem, kako so se počutili ob dejavnosti in zakaj so ob koncu vaje izbrali ravno to možnost.

Kaj potrebujete:

* 1 teniška žogica na udeleženca.

Izzivi:

Jih ni.



29. PIKTOGRAM

Ključne besede:

prebiti led, občutek pripadnosti, skupna podlaga.

Cilji:

- * zagotavljati zaupanje in občutek pripadnosti skupini,
- * pogovarjati se o sebi, ne da bi bilo treba odgovoriti na neposredno vprašanje,
- * najti skupne točke s člani skupine.

Ciljna skupina:

skupine sodelavcev.

Trajanje:

2–5 minut na udeleženca (vodja lahko določi zgornjo mejo trajanja).

Kako to izvesti:

1. Vsakega udeleženca prosite, naj izbere sliko ali predmet.
2. Udeleženec naj pojasni, zakaj je izbral prav to podobo ali predmet in kako je povezan z njim.

POMNITE: Naenkrat govori le en udeleženec, ostali pa morajo poslušati, ne da bi postavljali vprašanja ali komentirali. Ni pravih ali napačnih odgovorov. Ne gre za pogovor, temveč za poslušanje tega, kar želi sodelavec deliti. Pomembno je, da izberete slike ali predmete, ki so z udeleženci nekako povezani.

Kaj potrebujete:

- * kartice,
- * slike,
- * predmeti.

Izzivi:

Bolje kot se člani skupine med seboj poznajo, večje je tveganje, da se bodo zapletli v pogovor in si za vajo vzeli več časa, kot je predvideno. Zelo dobre sposobnosti upravljanja časa in moderiranja so bistvenega pomena.



30. KOVANCI

Ključne besede:

prebiti led, iskanje skupnih točk, spomini, občutek pripadnosti.

Cilji:

- * zagotavljati zaupanje in občutek pripadnosti v skupini,
- * pogovarjati se o sebi, ne da bi bilo treba odgovoriti na neposredno vprašanje,
- * najti skupne točke s člani skupine.

Ciljna skupina:

skupine sodelavcev.

Trajanje:

2–5 minut na udeleženca (vodja lahko določi zgornjo mejo trajanja)

Kako to izvesti:

1. Vsak udeleženec vzame iz škatle kovanec, pogleda datum izdaje in skupini pove nekaj, kar se je v tistem letu zgodilo v njegovem življenju.

POMNITE: Naenkrat govori le en udeleženec, ostali pa morajo poslušati, ne da bi postavljali vprašanja ali komentirali. Ni pravih ali napačnih odgovorov. Ne gre za pogovor, temveč za poslušanje tega, kar želi sodelavec deliti.

Kaj potrebujete:

* škatla kovancev iz različnih držav z različnimi datumi, ki niso starejši od povprečne starosti udeležencev.

Izzivi:

Bolj kot se člani skupine med seboj poznajo, tem večje je tveganje, da se bodo zapletli v pogovor in si vzeli več časa, kot je bilo predvideno



31. LE TRI VPRAŠANJA

Izzivi:
Jih ni.

Ključne besede:

empatija, gradnja ekipe, poslušanje.

Cilji:

- * deliti osebne podatke,
- * vzpostaviti dobro vzdušje.

Ciljna skupina:

vsaka skupina, ki se redno srečuje z namenom učenja ali skupnega dela.

Trajanje:

20–30 minut.

Kako to izvesti:

1. Udeležence razdelite v skupine po dva. Prvi se predstavi in odgovori na tri vprašanja, ki mu jih postavi njegov partner. Partner si mora odgovore zapomniti ali jih zapisati. Vlogi nato zamenjata.
2. Na podlagi pridobljenih informacij predstavi svojega partnerja preostalim članom skupine. Nato skupini predstavite še sebe.

POMNITE: Vprašanja so lahko tudi osebna, na primer: Katere so vaše prednosti?

Kaj potrebujete:

Jih ni.



32. POVEJ MI!

Ključne besede:

gradnja zaupanja, empatija, prebiti led.

Cilji:

- * prepoznati, kako se nekdo v resnici počuti,
- * dajati občutek, da so njihova čustva pomembna.

Ciljna skupina:

posamezniki ali majhne skupine ljudi, ki se redno srečujejo; posebej priporočljiva je za spletna srečanja.

Trajanje:

5 minut.

Kako to izvesti:

1. Pred začetkom usposabljanja ali delavnice vsakega udeleženca nagovorite: »Povej mi, kako si.« ali »Povej mi, kakšen je bil tvoj teden.« Dovolite jim, da govorijo brez prekinitev.
2. Ko vsak udeleženec dobi priložnost, da pove, kako se v resnici počuti, začnite usposabljanje ali delavnico.

POMNITE: Vprašanje je treba zastaviti sistematično in zavestno pred vsako sejo. Udeležencem daje samozavest, da se njihova občutja jemljejo resno, kar je bistvenega pomena za učinkovito učenje.

Kaj potrebujete:

Jih ni.

Izzivi:

Vodja mora zelo dobro znati upravljati čas. Verjetno je, da bo razprava o osebnih težavah trajala predolgo.



33. BALON

Ključne besede:

pripravljenost na delo, prebiti led, motivacija.

Cilji:

- * ustvariti sprejemljivo in prijetno vzdušje,
- * odpravljati napetosti in negativne misli.

Ciljna skupina:

katera koli skupina, vendar ne osebe, ki so utrpeli travmatične dogodke.

Trajanje:

5–10 minut.

Kako to izvesti:

1. Udeležence prosite, naj poiščejo prostor v sobi in se tja postavijo.
2. Povejte jim, naj zaprejo oči in se osredotočijo na dihanje.
3. Govorite jim, naj si predstavljajo velik balon in kako ga polnijo z vsemi svojimi težavami, napetostmi in slabimi mislimi.
4. Po dveh minutah jim povejte, da je balon sedaj poln vse njihove »negativne prtljage«. Pustijo naj ga, da odleti daleč stran.
5. Udeležence povabite, naj odprejo oči. Osrednja delavnica ali usposabljanje se lahko zdaj začne.

POMNITE: To vajo lahko izvedete tudi tako, da vprašanja ali misli usmerite v več balonov različnih barv. Če so v skupini osebe z okvarami vida, priporočamo, da balonov ne opišete z barvo.

Kaj potrebujete:

* velik in dobro prezračen prostor.

Izzivi:

Verjetno je, da se med vajo prebudijo stare travme pri osebah, za katere se ve, da so jih utrpeli.



34. RADIKALNO ČIŠČENJE

Ključne besede:

skupinsko sodelovanje, sprejemanje kolektivnih odločitev.

Cilji:

- * spodbujati timski duh in kolektivno odločanje,
- * ustvarjati zaupanje,
- * učiti sposobnosti učinkovitega sodelovanja.

Ciljna skupina:

skupine vseh starosti.

Trajanje:

odvisno je od velikosti skupine in vrste čiščenja.

Kako to izvesti:

1. S skupino se pogovorite o tem, kaj je treba očistiti. Glasujte.
2. Načrtujte dejavnost, na primer: kdo je odgovoren za čiščenje katerega območja, kdo naj čiščenje nadzoruje itd.
3. Opravite čiščenje.

POMNITE: Ta vaja se lahko izvede na več načinov. Namesto čiščenja lahko skupina skupaj kaj skuha, zgradi, uredi sobo itd. Najpomembneje je, da skupaj izvedete dejavnost, ki jo je skupina tudi skupaj načrtovala.

Kaj potrebujete

- * čistila,
- * metla,
- * sesalnik,
- * krpe za brisanje itd.

Izzivi:

V čiščenje je težko vključiti vse osebe v skupini. Če se o vseh zadolžitvah v skupini ne dogovorijo skupaj, lahko nastane kaos.



35. KROG PRVIH NARODOV

Ključne besede:

dajanje povratnih informacij, reševanje konfliktov, reševanje problemov, samoizražanje.

Cilji:

- * spodbujati demokratično in participativno reševanje problemov,
- * razreševati hierarhijo,
- * omogočati vsem udeležencem, da izrazijo sebe in svoje mnenje,
- * počasi in brez nadaljnjih zapletov reševati konflikte.

Ciljna skupina:

Skupina zrelih mladih odraslih in odraslih, ki se med seboj poznajo in se soočajo s konflikti v skupini. Čustvena zrelost je bistvenega pomena. Priporočljivo tudi za skupine ljudi, ki delujejo v hierarhičnem sistemu, ki ne omogoča prostega izražanja čustev in mnenj. Ni primerno za otroke in najstnike.

Trajanje:

30–180 minut, odvisno od velikosti skupine, od tega, kako dobro se udeleženci med seboj poznajo in od stopnje konflikta.

Kako to izvesti:

1. Udeležence prosite, naj se usedejo v krog. Povejte jim, naj sedijo udobno, saj je lahko vaja precej dolga.
2. Skupini pokažite predmet.
3. Razložite pravila igre:

- a) Govori lahko samo oseba, ki ima predmet v rokah.
 - b) Predmet si podajate po vrsti – nobenega se ne sme izpustiti.
 - c) Nihče ne sme prekiniti podajanja.
 - d) Nihče ne sme zapustiti kroga, dokler predmeta ne dobijo vsi.
4. Predmet dajte prvi osebi, ki nato začne izražati svoje misli, občutke in povratne informacije o konfliktni situaciji.
 5. Dovolite, da predmet po vrsti potuje med udeleženci, dokler konflikt ni rešen.

POMNITE: V prvem krogu se običajno protestira in zahteva, v drugem in tretjem krogu se razkrije vzrok problema, v četrtem pa se problem razreši. Procesu je treba dovoliti, da se razvije sam od sebe, brez posredovanja. Bistveno je, da se spoštujejo vsa zgoraj navedena pravila.

Kaj potrebujete:

- * dragocen trden predmet,
- * stoli ali sedežna garnitura, ki ljudem omogoča, da lahko dolgo udobno sedijo v krogu,
- * v krogu ni dovoljeno uporabljati telefonov ali drugih naprav.

Izzivi:

Nekateri udeleženci morda ne bodo spoštovali pravil in bodo lahko druge udeležence ustražovali. Udeleženci, ki se hierarhiji/pravidom težko prilagajajo, lahko sabotirajo dejavnost ali se nanjo burno čustveno odzovejo.



36. STRATEŠKE ŽOGICE

Ključne besede:

organizacija delovnega programa, pričakovanja udeležencev.

Cilji:

- * snovati tečaj/delavnico/usposabljanje, ki ustreza potrebam in pričakovanjem udeležencev,
- * vrednotiti doseganje ciljev tečaja.

Ciljna skupina:

primerno za vse vrste skupin, tudi za otroke.

Trajanje:

15–30 minut, odvisno od teme in odziva skupine.

Kako to izvesti:

1. Razložite, da lahko govori samo oseba, ki drži žogico. Ko udeleženec dobi žogico, se mora predstaviti in povedati, kakšna so njegova pričakovanja glede tečaja/delavnice/usposabljanja.
2. Podajte žogico enemu od udeležencev. Ko konča govoriti, naj žogico vrže ali poda drugi osebi. To se ponavlja, dokler žogice ne dobijo vsi.
3. Na flipchart ali navadno tablo pišite glavne točke.
4. Ko so vsi prišli na vrsto, pokažite načrt delavnice/usposabljanja/tečaja in poudarite, kako se pričakovanja udeležencev da izpolniti. Če je mogoče, spremenite načrt tako, da bo vključeval točke, ki so jih izpostavili udeleženci.

POMNITE: To je tudi priložnost, da jasno navedete, katera pričakovanja ne bodo izpolnjena. Poleg tega vaja ponuja možnost, da ob koncu dogodka ocenite, v kolikšni meri so bila pričakovanja udeležencev zadovoljivo izpolnjena.

Kaj potrebujete:

- * teniška žogica,
- * flipchart tabla.

Izzivi:

Udeleženci imajo lahko preveč pričakovanj in tudi taka, ki niso povezana s temo, ki jo je pripravil izvajalec. To povzroča slabo voljo v skupini, za izvajalca pa je demoralizirajoče, če ne more prilagoditi svojega programa.



37. PAJKOVA MREŽA

Kaj potrebujete:

* velik klobčič volne.

Izzivi:

Jih ni.

Ključne besede:

sodelovanje, dialog, ustvarjalnost.

Cilji:

* spodbujati vse udeležence delavnic in seminarjev k sodelovanju v razpravi,

* vizualizirati komunikacijo, ki poteka med razpravo.

Ciljna skupina:

primerno za vse vrste skupin, tudi za otroke.

Trajanje:

15–30 minut.

Kako to izvesti:

1. Udeležence prosite, naj se postavijo v krog.
2. Predstavite temo, medtem ko v rokah držite klobčič volne. Razložite, da mora vsaka oseba klobčič med govorjenjem držati. Če želi nekdo govoriti, mu mora oseba, ki trenutno govori, vreči volno, medtem ko sama drži za konec niti.
3. Ob koncu razprave opazujte »pajkovo mrežo« iz volne in se pogovorite o tej vidni povezavi in komunikaciji med udeleženci.



38. LAK ZA NOHTE

Ključne besede:

osebne meje, spoštovanje, reči »ne«.

Cilji:

- * poznati in spoštovati osebne meje,
- * razvijati sposobnost reči »ne«,
- * spoštovati osebni prostor, okus in mnenje drugih ter izražanje lastnih mnenj.

Ciljna skupina:

primerno za vse vrste skupin, tudi za otroke.

Trajanje:

15 minut.

Kako to izvesti:

1. Na začetku delavnice ali usposabljanja o osebnih mejah pustite škatlico z različnimi barvami laka za nohte na vidnem mestu. Ne omenjajte je in se nanjo ne sklicujte.
2. Izvedite delavnico ali usposabljanje, ki se osredotoča na to, kako pomembno je reči »ne« nečemu, zaradi česar se počutite neprijetno, in kako poslušati in sprejeti »ne« drugih.
3. Udeležencem razložite, da bodo zdaj izvedli vajo. Vsaka oseba mora izbrati in vzeti iz škatle lak za nohte, ki ji je najbolj všeč.

4. Ko ima vsak udeleženec v rokah stekleničko, ga prosite, naj jo odpre in pobarva nohte osebi na svoji desni.

POMNITE: Reakcije bodo takojšnje in spontane. Večina ljudi bo vajo zavrnila iz različnih razlogov.

Kaj potrebujete:

* škatla, v kateri je približno 25 stekleničk različnih barv laka za nohte.

Izzivi:

Čeprav si udeleženci dejansko ne bi smeli lakirati nohtov, lahko nekateri menijo, da je vaja preveč vsiljiva.



39. HULAHOP OBROČI

Ključne besede:

osebne meje, spoštovanje, skupno življenje.

Cilji:

* poznati in spoštovati osebne meje ter načine sobivanja znotraj njih,

* spoštovati osebni prostor drugih.

Ciljna skupina:

primerno za vse vrste skupin, tudi za otroke.

Trajanje:

10 minut.

Kako to narediti:

1. Normalno se predstavite skupini, medtem ko okoli sebe držite hulahop obroč. Udeležence prosite, naj povedo svoja imena. Nato med hojo po sobi predstavite urnik za ta dan. Ne omenjajte obroča.

2. Po nekaj minutah recite: »Tako kot vsak dan sem tudi danes odšel/-la od doma s svojimi osebnimi mejami. Odločil/-a sem se le, da so nekoliko bolj vidne.«

3. Udeležence vprašajte, ali so svoje meje prinesli s seboj, in preverite, ali lahko vidijo meje drugih udeležencev.

4. Udeležence prosite, naj si izberejo obroč. Premer obroča, ki ga izberejo, naj predstavlja razdaljo, ki jo želijo obdržati med seboj in

drugim. Pojasnite, da ta razdalja ni stalna ali trajna ter da je odvisna od situacije in vpletenih oseb.

Kaj potrebujete:

* hulahop obroči različnih velikosti.

Izzivi:

Udeleženci se lahko bolj izrazito odzovejo na telesni stik ali odmikanje.



40. OBRISI

Ključne besede:

identiteta, občutki, ustvarjalnost.

Cilji:

- * izražati samopodobo,
- * razmišljati o samopodobi in samospoštovanju,
- * izražati to, kar menite, da je značilno za vašo telesno podobo.

Ciljna skupina:

primerno za vse vrste skupin, zlasti za ženske in otroke.

Trajanje:

45 minut.

Kako to izvesti:

1. Vsakemu udeležencu dajte list papirja in skupino razdelite v pare.
2. En udeleženec leži na papirju v svojem najljubšem položaju. Partner ga s pisalom obriše. Nato vlogi zamenjata.
3. Udeleženci imajo 15 minut časa, da delajo sami in narišejo avtoportret v svojem obrisu.
4. Vsak udeleženec se postavi poleg svojega avtoportreta. Drugi udeleženci si ga lahko ogledajo, vendar ga ne smejo komentirati. Pogovarjajo se lahko o lastnem avtoportretu.

POMNITE: Ni nujno, da je avtoportret realističen, lahko je humoren ali abstrakten. Možno jih je okrasiti s priloženimi materiali.

Kaj potrebujete:

- * listi velikosti 2 m x 1,5 m,
- * material za ustvarjanje (za okrasitev avtoportreta),
- * markerji.

Izzivi:

Nekateri udeleženci bodo za dokončanje avtoportreta potrebovali veliko časa, drugi pa v tej nalogi ne bodo uživali in jo bodo dokončali hitro.



41. TVOJ NOS

Ključne besede:

zavestnost, sprostitvev, harmonija.

Cilji:

- * prostovoljno se sproščati pri pripravi na stresno nalogo ali po njej,
- * biti sposoben dosega notranji mir in osredotočenost,
- * ustvarjati sproščujoče vzdušje.

Ciljna skupina:

primerno za vse vrste skupin, tudi za otroke.

Trajanje:

15 minut.

Kako to izvesti:

1. Udeležence prosite, naj se usedejo ali uležejo na tla.
2. Počasi, jasno in nežno recite naslednje:
Sede ali leže položite roko na svoj tebuh in vdihnite, tako da se roka spušča ali dviga. Dihajte v trebuh in ne v prsni koš. Spustite ramena, sprostite čeljust, zravnejte hrbet in položite jezik na nebo. Nato s palcem zaprite eno nosnico in vdihnite, nato s kazalcem zaprite drugo nosnico in izdihnite.
3. Vaje ponavljajte izmenično z vdihom in izdihom.

POMNITE: Te vaje ni lahko voditi. Treba je vnaprej vaditi besede in ton glasu.

Kaj potrebujete:

- * podloge za jogo,
- * valjčki,
- * stoli.

Izzivi:

Nekateri ljudje težko zaprejo oči ali se sprostijo, če med udeleženci ni zaupanja.



42. IZDIHNI SVOJE MISLI

Ključne besede:

ravnovesje, čuječnost, sprostitvev, harmonija.

Cilji:

- * miren in usklajen zaključek sestanka ali seje s sodelavci,
- * razumeti pomembnosti notranjega miru.

Ciljna skupina:

primerno za vse vrste skupin, tudi za otroke.

Trajanje:

15–20 minut.

Kako to izvesti:

1. Udeležence prosite, naj poiščejo prostor v sobi, kjer se počutijo udobno. Lahko sedijo, stojijo ali ležijo.
2. Če je mogoče, prostor zatemnite.
3. Udeležencem povejte, naj zaprejo oči in nekajkrat globoko vdihnejo ter dovolijo, da vse njihove misli kot oblaki odidejo mimo njih.
4. Prosite jih, naj »pregledajo telo«, začnejo naj pri glavi in se pomikajo vse do prstov na nogah. Govorite počasi, jasno in harmonično ter poimenujte dele telesa.
5. Udeležencem povejte, naj začutijo/čutijo, kaj jim vsak del telesa sporoča, ne da bi ga obsojali. Prosite jih, naj izberejo eno od misli – tisto, ki je

negativna ali intenzivna – in dovolijo, da pride v ospredje.

6. Udeležencem povejte, naj še naprej globoko dihajo in si pri tem predstavljajo tople, svetle barve ter izdihujejo hladnejše, ostrejšje barve in dovolijo slabim mislim, da odidejo.

Kaj potrebujete:

- * podloge za jogo,
- * valjčki,
- * stoli.

Izzivi:

Nekateri ljudje težko zaprejo oči ali se sprostijo, če med udeleženci ni zaupanja.



43. NOVO IME

Ključne besede:

ideali, vzorniki, vrednote, identiteta.

Cilji:

- * razmisliti o tem, kaj ali kdo bi radi bili – katere prednosti bi radi imeli,
- * razmisliti o osebnih ciljih in vrednotah,
- * združevati skupino in spodbujati timsko delo.

Ciljna skupina:

za vse vrste skupin in posameznike, tudi v terapevtskem kontekstu.

Trajanje:

1–3 minute na udeleženca.

Kako to izvesti:

1. Udeležence prosite, naj prevzamejo ime svojega najboljšega prijatelja/ družinskega člana/like iz televizijske oddaje/kolega ... in odigrajo vlogo te osebe – naj prevzamejo njeno identiteto.
2. Prosite jih, naj razmislijo, kaj jim je pri tej osebi všeč in katere njene lastnosti si želijo imeti. Razložite, da jim to omogoča, da se spremenijo v nove osebe ter utelešajo nove sposobnosti in potencialne. Ta »nova« oseba se lahko bolje uči in učinkoviteje deluje. Udeleženci naj skupini na kratko povedo, kdo so se odločili postati in zakaj.

POMNITE: Namesto da bi od udeležencev zahtevali, naj izberejo ime, lahko izberejo žival, ki jo občudujejo, in »postanejo« ta žival.

Če se v skupini udeleženci med seboj poznajo, jih lahko prosite, naj sprejmejo ime kolega ter prevzamejo njegove prednosti in vrline. V tem primeru je za udeleženca, čigar ime si »izposodijo«, vaja priznanje, saj lahko vidi, kako ga sodelavci dojemajo, in potrjuje njegove osebne prednosti.

Kaj potrebujete:

Jih ni.

Izzivi:

Jih ni.



44. ZGODBA MOJEGA IMENA

Kaj potrebujete:

- * papir,
- * svinčniki.

Izzivi:

Možno je, da bodo nekateri udeleženci govorili predolgo. Priporočljivo je, da se vnaprej dogovorite, največ koliko časa lahko posamezen udeleženec govori.

Ključne besede:

povezanost skupine, pripovedovanje zgodb, empatija, prebiti led.

Cilji:

- * izmenjati osebne podatke za ustvarjanje skupinske povezanosti,
- * iskati skupne točke z ljudmi, ki navidezno nimajo ničesar skupnega,
- * pomniti težka imena.

Ciljna skupina:

skupine odraslih, po možnosti iz različnih kulturnih okolij; ni priporočljivo za majhne otroke.

Trajanje:

2–3 minute na osebo.

Kako to izvesti:

1. Udeležence prosite, naj na list papirja napišejo svoje ime.
2. Vsak naj se predstavi in pri tem jasno izgovori svoje ime.
3. Vsakega udeleženca vprašajte o pomenu in izvoru njegovega imena, zakaj so ga starši izbrali in ali mu je ime všeč ali ne.

POMNITE: Vprašanja niso vsiljiva, kar udeležencem omogoča, da povejo toliko, kolikor želijo. Udeležencem razložite, da je ime bistveni del naše identitete in da nam pogovor o imenih omogoča, da govorimo o sebi.



45. BODIMO USTVARJALNI

Ključne besede:

sproščanje, ustvarjalnost, spoznavanje članov skupine.

Cilji:

- * izražati sebe z ustvarjalnostjo,
- * izpolnjevati nove ideje in inovacije,
- * spoznavati druge člane skupine na sproščen in ustvarjalen način.

Ciljna skupina:

skupine odraslih ali mladih.

Trajanje:

60–120 minut.

Kako to izvesti:

1. Na osrednjo mizo postavite pripomočke za ustvarjanje in pripravite mize ali prostor za delo udeležencev. V ozadju predvajajte sproščujočo glasbo.
2. Udeležence povabite, da raziščejo materiale in izberejo tiste, ki so jim všeč. Z njimi lahko izdelajo svoje »umetniško delo«, ki predstavlja njih ali to, kdo so.
3. Na koncu naj vsak udeleženec predstavi svoje delo, drugi udeleženci pa ga lahko opazujejo, postavljajo vprašanja ali komentirajo.

Kaj potrebujete:

Velike količine:

- * barve,
- * čopičev,
- * volne,
- * igel,
- * svinčnikov,
- * markerjev,
- * papirja,
- * gline,
- * katerega koli drugega materiala za ustvarjanje.

Izzivi:

Nekateri udeleženci se lahko odzovejo z besedami: »Nisem umetnik.« ali »To mi gre zelo slabo.« Pojasnite, da pri tej vaji ne gre za to, da bi bili umetniki, temveč da ustvarijo nekaj, kar jih predstavlja.



46. HITRI ZMENEK

Kaj potrebujete:

- * kava,
- * čaj,
- * druge pijače,
- * prostor zunaj običajne učilnice/delovnega mesta

Ključne besede:

prebiti led, spoznati drug drugega, gradnja ekipe

Cilji:

- * udeležencem omogočiti, da se spoznajo v sproščenem okolju,
- *omogočiti vsakemu udeležencu, da se obravnava kot posameznik in ne le kot del skupine.

Ciljna skupina:

skupine ljudi, ki se med seboj ne poznajo; primerno za vse starosti.

Trajanje:

30 minut (za skupino 12 oseb).

Kako to izvesti:

1. Udeležence povabite, naj zapustijo običajni prostor in gredo v drugo sobo ali ven.
2. Udeležence prosite, naj se predstavijo vsakemu kolegu.
3. Povedo naj svoje ime, nato pa jim lahko vsak kolega postavi eno vprašanje, na katerega odgovorijo. Zatem vsakemu kolegu zastavijo po eno vprašanje.
4. Udeležencem ponudite pijačo.

POMNITE: Dejavnost mora nujno potekati v sobi, ki ni povezana z običajnim delovnim mestom ali prostorom za usposabljanje, ali na prostem. Dejavnost mora potekati pred začetkom dela ali usposabljanja.



47. BABILON

Ključne besede:

komunikacija, izmenično govorjenje, poslušanje, prebiti led

Cilji:

- * izkusiti, kaj se zgodi, če vsi govorijo in nihče ne posluša,
- * predstaviti temo na drugačen, zabaven način.

Ciljna skupina:

vse skupine, primerno za vse starosti.

Trajanje:

15–20 minut.

Kako to narediti:

1. Enega od udeležencev prosite, naj vstane in pove nekaj o svojem dnevu.
2. Povabite drugega udeleženca, da začne delati enako, medtem ko prvi še govori.
3. Povabite tretjo osebo, naj naredi enako, medtem ko druga dva še vedno govorita, in tako naprej, dokler vsi udeleženci ne govorijo hrati.
4. Po približno 30 sekundah hkratnega govorjenja zaploskajte. Udeleženci morajo nato utihniti.
5. Udeležence povprašajte o tem, kaj so govorili njihovi kolegi. Koliko so razumeli? Ali so sploh kaj razumeli?

POMNITE: Dejavnost lahko uporabite tudi za uvedbo teme. V tem primeru mora vsak udeleženec neprekinjeno govoriti o temi in ne o svojem dnevu.

Kaj potrebujete:

Jih ni.

Izzivi:

Jih ni.



48. DRUGAČNE PREDSTAVITVE

Ključne besede:

jezikovni tečaj, prebiti led, krepitev samozavesti.

Cilji:

- * spodbujati ljudi, da se pogovarjajo drug z drugim,
- * preverjati besedišče,
- * pomagati ljudem, ki neradi govorijo o osebnih temah, da se začnejo pogovarjati.

Ciljna skupina:

vse skupine ljudi, zlasti če so del jezikovnega tečaja; primerno za vse starosti.

Trajanje:

15–20 minut.

Kako to izvesti:

1. Udeležence prosite, naj napišejo odgovore na naslednja navodila:

- Navedite vrsto sadja.
- Izberite število od 1 do 6.
- Napišite toliko različnih vrst zelenjave, kot je izbrano število.
- Napišite kraj, v katerem ne bi želeli živeti.
- Napišite svojo sanjsko službo.
- Napiši službo, ki je ne bi radi imeli.

2. Ko udeleženci odgovorijo na vsa vprašanja, jim povejte, da je sadje, ki so ga izbrali, njihov priimek; število in imena zelenjave so

število otrok, ki jih imajo, in njihova imena; živijo v kraju, kjer ne bi radi živeli; njihova žena/mož imajo sanjsko službo; služba, ki je ne bi radi imeli, je pa njihova služba.

3. Udeležence prosite, naj se sprehodijo po sobi in se s temi informacijami predstavijo drugim udeležencem.

Kaj potrebujete:

- * papir,
- * svinčniki.

Izzivi:

Jih ni.



49. LOKALNI IZRAZI IN FRAZE

Kaj potrebujete:

- * tabla ali velik list papirja,
- * markerji.

Izzivi:

Jih ni.

Ključne besede:

komunikacija, izogibanje nespornostom, večkulturnost.

Cilji:

- * izboljšati znanje jezika države sprejemnice,
- * ustvarjati dobro komunikacijo med udeleženci.

Ciljna skupina:

skupine do 10 ljudi iz različnih kultur, ki so pripravljeni deliti svoje ideje in izkušnje; pomembno je dobro znanje ciljnega jezika.

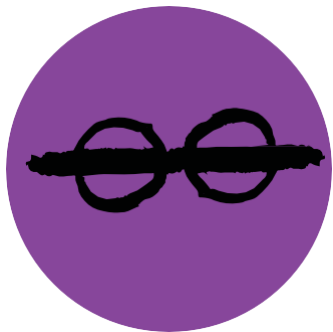
Trajanje:

30 minut.

Kako to izvesti:

1. Na tablo ali velik list papirja zapišite izraze in fraze, ki jih je morda težko razumeti.
2. Razložite njihov pomen.
3. Udeležence prosite, naj povedo, ali naštetih izrazi in fraze obstajajo tudi v njihovem maternem jeziku, in pojasnijo, kako bi jih izrazili ali prevedli.

POMNITE: Najpomembnejši cilj te vaje je omogočiti udeležencem, da komunicirajo drug z drugim.



50. RAZGOVOR ZA SLUŽBO

Kaj potrebujete:

- * papir,
- * pisala.

Izzivi:

Jih ni.

Ključne besede:

razgovor za službo, integracija, igra vlog.

Cilji:

- * večati samozavest,
- * vaditi veščine, potrebne za razgovor za službo.

Ciljna skupina:

skupine do 10 migrantov (parno število udeležencev), ki so pripravljeni deliti svoje ideje in izkušnje; pomembno je dobro znanje ciljnega jezika.

Trajanje:

40 minut.

Kako to izvesti:

1. Udeležence prosite, naj se usedejo v krog in se pogovorijo o svojem študiju, interesih ter delovnih spretnostih in izkušnjah.
2. Razdelite jih v pare: eden bo igral vlogo delodajalca, drugi pa kandidata za zaposlitev. Po približno 5–10 minutah naj zamenjata vloge.
3. Udeležence prosite, naj se usedejo v krog in se pogovorijo o težavah, s katerimi so se srečali na razgovoru, ter si izmenjajo nasvete, kako dobro opraviti razgovor za službo. Pri tem si lahko delajo zapiske.



51. KATERE SO TVOJE VREDNOTE?

Ključne besede:

refleksija, vrednote.

Cilji:

- * samorefleksija,
- * deliti ideje in izkušnje.
- * omogočati dobro komunikacijo med udeleženci.

Ciljna skupina:

skupine do 10 oseb, ki so pripravljene deliti svoje ideje in izkušnje, zlasti skupine migrantov.

Trajanje:

60 minut.

Kako to izvesti:

1. Udeležence prosite, naj se usedejo v krog. Na sredino kroga postavite velik list papirja.
2. Udeležencem dajte dve tretjini lističev. Na voljo imajo 15 minut, da razmislijo o moralnih in praktičnih vrednotah, ki usmerjajo njihova dejanja in odločitve. Na vsak listek naj napišejo po eno vrednoto in jo nalepijo na papir v sredini kroga.
3. Po 15 minutah udeležence prosite, naj preostalim članom skupine razložijo, kaj so napisali: Zakaj te vrednote? Kako so povezane z njihovimi

izkušnjami? Kako jih izvajajo v praksi? Lahko se pogovorite tudi o drugih vrednotah, ki so jo zapisali drugi člani skupine.

POMNITE: Če to dejavnost izvajate s skupino priseljencev, lahko navajajo vrednote, ki jih želijo ohraniti iz svoje domače kulture.

Kaj potrebujete:

- * velik list papirja,
- * lističi,
- * pisala,
- * štoparica ali ura.

Izzivi:

Jih ni.



52. SOOČI SE S STRAHOM

Ključne besede:

varen prostor, deljenje strahov, praktične rešitve, premagovanje negotovosti.

Cilji:

- * prepoznavati in premagovati strah,
- * nuditi praktične rešitve,
- * ustvarjati dobro komunikacijo med udeleženci.

Ciljna skupina:

skupine ljudi, ki so pripravljene sodelovati v razpravi.

Trajanje:

60–70 minut.

Kako to narediti:

1. Udeležence razdelite v skupine po 5 ali 6.
2. Prosite jih, naj na listek/košček papirja napišejo strah glede bližnje prihodnosti. Za to jim dajte na voljo 15 minut. Nato naj ga odložijo v posodo, ki je namenjena njihovi skupini.
3. Člane vsake skupine prosite, naj izmenično vzamejo »strah« iz posode. Preberejo naj napisano ter skupaj poiščejo praktične rešitve in nasvete za premagovanje strahu. To naj traja od 40 do 50 minut.

POMNITE: Ni treba razkriti, kateri »strah« je vaš. Cilj vaje je vzpostaviti ozračje zaupanja.

Kaj potrebujete:

- * lističi ali majhni koščki papirja,
- * pisala,
- * majhna posoda,
- * štoparica ali ura.

Izzivi:

Nekateri udeleženci bodo morda neradi delili svoje strahove.



53. GOVORICA TELESA

Ključne besede:

govorica telesa, gesta.

Cilji:

- * poznati kulturne razlike v govorici telesa,
- * omogočati izražanje brez jezikovnih ovir,
- * spodbujati znanja z igrami.

Ciljna skupina:

skupina migrantov.

Trajanje:

20 minut.

Kako to izvesti:

1. S pripravljenega seznama izberite eno čustvo ali reakcijo.
2. Vsakega udeleženca vprašajte, kako ga izrazi s telesom.
3. Primerjajte različne načine uporabe govornice telesa.

POMNITE: Zavedanje dinamike skupine je temeljnega pomena. Nekatero teme so lahko zelo občutljive: če vidite, da so udeleženci zadržani, jih prosite, da sami izberejo besede.

Kaj potrebujete:

- * seznam čustev,
- * seznam reakcij.

Izzivi:

Nekateri udeleženci bodo morda neradi delili svoja čustva ali bodo preveč travmatizirani, da bi se spomnili svoje preteklosti.



54. LOKALNA INTERAKCIJA

Ključne besede:

interakcija z lokalnim prebivalstvom, integracija, vključevanje.

Cilji:

- * spoznavati »običajno« vedenje v državi sprejemnici,
- * spodbujati odpravljanje komunikacijskih ovir.

Ciljna skupina:

skupina migrantov ali novincev v državi.

Trajanje:

10 minut.

Kako to izvesti:

1. Vsakega udeleženca prosite, naj si zamisli situacijo v izvorni državi in jo odigra, na primer: nekoga prosi za informacije, komunicira s policijo, pozdravi prijatelja.
2. Pokažite, kakšen je običajen način vedenja v isti situaciji v državi sprejemnici.
3. V skupini se pogovorite o razlikah.

Kaj potrebujete:

Jih ni.

Izzivi:

Dejavnost lahko ponovno ustvari travmatične situacije ali zbudi spomine.



55. UGANI MOJE IME

Ključne besede:

prebiti led, predstavitve.

Cilji:

- * spoznavati druge udeležence,
- * spodbujati komunikacijo in sodelovanje v skupini.

Ciljna skupina:

skupine ljudi, ki se med seboj ne poznajo.

Trajanje:

10 minut.

Kako to izvesti:

1. Udeleženca prosite, naj pove tri značilnosti svoje osebnosti.
2. Drugega udeleženca prosite, naj poskuša uganiti ime prvega udeleženca.
3. Dejavnost ponovite z drugimi udeleženci.

Kaj potrebujete:

Jih ni.

Izzivi:

Jih ni.



56. NA POMOČ!

Ključne besede:

migranti, prišleki, težke ali nevarne situacije.

Cilji:

- * razumeti razlike med državo izvora in državo sprejemnico, ko se soočimo s težavno situacijo,
- * biti sposoben uporabe znakov ali besed za klic na pomoč.

Ciljna skupina:

ena na ena ali manjše skupine migrantov, zlasti novincev.

Trajanje:

10 minut.

Kako to izvesti:

1. Udeleženca prosite, naj si predstavlja, da ga je nekdo oropal na ulici.
2. Vprašajte ga, kaj bi običajno storili.
3. Na papir zapišite in udeležencem povejte besede za klic na pomoč ali klic policije.

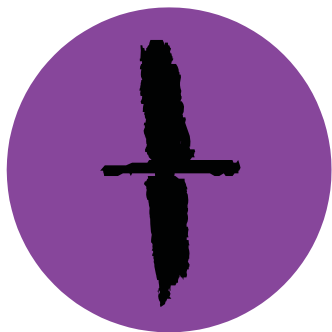
POMNITE: Zamisliti si je mogoče različne situacije, kot sta poškodba v nesreči ali padeč na ulici.

Kaj potrebujete:

- * pisalo,
- * papir.

Izzivi:

Dejavnost lahko ponovno ustvari travmatične situacije ali zbudi spomine.



57. MOJE VREDNOTE, TVOJE VREDNOTE

Izzivi:

Dejavnost lahko povzroči konflikte.

Ključne besede:

različne vrednote, različne kulture, strpnost.

Cilji:

* razjasniti svoje vrednote, jih primerjati z drugimi in sprejeti tiste, ki se razlikujejo od lastnih,

* spodbujati sposobnost kritičnega pogleda na lastne vrednote.

Ciljna skupina:

skupine najstnikov in odraslih iz različnih kulturnih okolij.

Trajanje:

20–30 minut.

Kako to izvesti:

1. Preberite eno od vrednot s seznama.
2. Udeležence vprašajte, ali se z njo strinjajo ali ne.
3. Enega udeleženca, ki se strinja, in enega, ki se ne strinja, prosite, da pojasnita svoje razloge.
4. Oba prosite, naj povzameta razloge druge osebe, ne da bi jo obsojala.

Kaj potrebujete:

- * seznam vrednot,
- * pisalo,
- * papir.



58. KULTURA IN VLOGE

Kaj potrebujete:

- * velik list papirja,
- * flomastri.

Izzivi:

Spolni stereotipi so lahko globoko zakoreninjani.

Ključne besede:

vloge spolov, kultura.

Cilji:

- * poznati vloge spolov v ciljni državi,
- * razmisliti o dejstvu, da je skoraj vse vedenje, ki velja za žensko, rezultat kulture in ni prirojeno.

Ciljna skupina:

majhne večkulturne skupine najstnikov in odraslih.

Trajanje:

20–30 minut.

Kako to izvesti:

1. Vsakega udeleženca prosite, naj na velik list papirja napiše značilnosti ter način vedenja moških in žensk v svoji kulturi.
2. Pogovorite se o napisanih značilnostih in vedenju. Razložite, v čem se razlikujejo od tistih v ciljni državi.

POMNITE: Vajo je mogoče prilagoditi na naslednje načine:

1. Udeleženci lahko značilnosti predstavijo v igri vlog.
2. Na papir lahko napišejo značilnosti ter vedenje žensk in moških, ki bi jih pričakovali v ciljni državi.



59. PREDSTAVLJAJ SI ME

Izzivi:
Jih ni.

Ključne besede:

prebiti led, spoznavanje, samospoštovanje.

Cilji:

- * razmisliti o tem, kako se vidite,
- * primerjati različne perspektive.

Ciljna skupina:

skupine najstnikov in odraslih, ki se med seboj ne poznajo.

Trajanje:

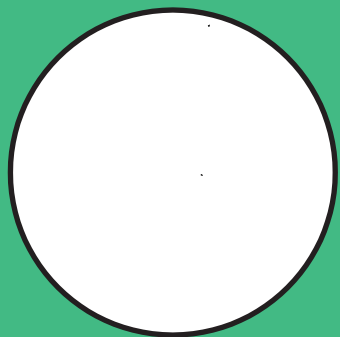
20–30 minut.

Kako to izvesti:

1. Vsakega udeleženca prosite, naj s seznama izbere tri pridevnike, s katerimi se poistoveti, in jih zapiše.
2. Udeležence razporedite v manjše skupine ali pare. Nato naj poskušajo uganiti, katere pridevnike je/so izbral/-i drug/-i udeleženec/-i. Prosite jih, naj razmislijo o tem, kako jih vidijo drugi in kako se vidijo sami.

Kaj potrebujete:

- * papir,
- * pisala,
- * seznam pridevnikov, ki pozitivno opisujejo vašo osebnost.



NAREDITE SI SVOJE ORODJE

Ključne besede:

Cilji:

Ciljne skupine:

Trajanje:

Kako to izvesti:

Kaj potrebujete:

Izzivi:

Zaključne besede

Ste našli, kar ste iskali, ali pa ste orodje prilagodili potrebam svoje skupine? Odlično! Pomagajte nam pri izboljšavah. Ne odnehajte napredovati.

Ker je zbirka stalno odprta in raste, lahko vanjo vključite tudi svoja orodja in zapise. Posredujete jih lahko z obrazcem, ki ga delimo zgoraj.

Informacije o orodjih, nasveti in ideje so povezani tudi s spletno stranjo projekta MultiPLUS+ (www.multipusprojekt.com) in vključeni v platformo: www.interculturaltrainingtoolbox.eu. Z nje lahko prenesete vsa gradiva in preprosto komunicirate z nami.

Odtis

Zbirka orodij je rezultat skupnih prizadevanj multiplikatorjev, ki delujejo v državah konzorcija MultiPLUS+. Pripravili so jo multiplikatorji za multiplikatorje. Partnerske organizacije so svoje multiplikatorje podpirale pri pripravi in pisanju predlaganih metod in orodij.

Uredniki te izdaje so Gregorio Garcia iz Mad for Europe, Virginia Argarate in Nayarí Castillo iz OMEGA Gradec ter Helena Liberšar iz Slovenske filantropije.

Angleško različico je lektorirala in popravila Rachel Makinson, oblikovala in priprave nadzorovala pa Nayarí Castillo-Rutz (OMEGA)

Ilustracije: Helene Thümmel

V Sloveniji so orodja pripravile: Maha (Jemen), Enite (Kosovo), Hanadi (Libanon), Elena (Makedonija), Aber (Sirija)

MultiPLUS+ je projekt, ki ga sofinancira Evropska unija v okviru programa Erasmus+ 2020–2022.

Zbirka orodij ali kompendij je drugi izdelek projekta MultiPLUS+.

Projekt združuje pet organizacij v petih evropskih državah:

SLOVENSKA
FILANTROPIJA







MULTI PLUS

Migranti multiplikatorji
gradijo mostove

<https://www.multiplusproject.com>



Sofinancira program
Evropske unije
Erasmus+

Podpora Evropske komisije za pripravo te publikacije ne pomeni potrditve vsebine, ki izraža le mnenja avtorjev, in Komisija ne more biti odgovorna za kakršno koli uporabo informacij, ki jih vsebuje.