

Delo z vrvjo

3 koraki za izvedbo aktivnosti



1. korak: pripravljalna faza

Moderator lahko izvede to vajo individualno ali v majhni skupini. Pri odločitvi upoštevajte preference, enostavnost sodelovanja, slog komunikacije in situacijo. Izvede se lahko kot vaja za spoznavanje.

Idealno se lahko izvede na prostem ali v notranjosti.

Pred aktivnostjo se pripravite tako, da na tla položite vrv.

2. korak – faza aktivnosti

Položite vrv na tla in razložite, da konca vrvi predstavljata dva pola ali dve skrajnosti razmišljanja.

Opišite oba konca, da bodo mladi razumeli, kaj vsak od njiju pomeni. Na primer: "Konec, ki mi je najbližji, pomeni, da imam popoln nadzor. Drugi konec pomeni, da nimam niti najmanj nadzora." Udeležencem razložite, da jim boste postavljali vprašanja o nadzoru, oni pa naj stopijo na točko na vrvi, ki odraža njihov trenutni položaj. Na primer: "Imate občutek, da imate nadzor nad svojim časom? Stopite na vrv, da pokažete svoj odgovor."

Mladim postavite različna vprašanja ali izjave o konceptih "miselnosti ZMOREM", na katere morajo odgovoriti. Po želji dodajte svoja vprašanja, ki so pomembna za posameznike ali skupino na podlagi vašega znanja o njih. Morda boste morali izpostaviti različna konca (pozitivni in bolj negativni konec vrvi), odvisno od postavljenih vprašanj. Jasno razložite, da ni pravih ali napačnih odgovorov ter da naj se postavijo na del vrvi, ki odraža njihovo trenutno resničnost.

Možna vprašanja obsegajo:

- ✓ Ste oseba, ki gleda na kozarec kot "napol poln" ali "napol prazen" (opišite konca vrvi v zvezi z obema stališčema)?
- ✓ Kako ste zadovoljni s svojo dosedanjo življenjsko zgodbo?
- ✓ Kako ste trenutno zadovoljni s svojim življenjem?
- ✓ Kako iznajdljivi ste?
- ✓ Do kolikšne mere običajno stopite iz svoje cone udobja, da si postavite izzive?
- ✓ Ali na splošno najdete način, da rešite težavo ali najdete pot iz slepe ulice?
- ✓ Če greste skozi težavno obdobje, koliko odločnosti pokažete?
- ✓ Kakšno podporo čutite pri svojih prijateljih in družini?



Vrsta aktivnosti:

Igre

Namen aktivnosti:

Cilj te aktivnosti je spodbuditi razmišljanje ter spodbuditi mlade k refleksiji in izražanju svojih misli. Aktivnost izboljšuje sposobnost samorefleksije v skupini ali individualno.



Trajanje:

Priprava: 5 min.

Izvedba: 30–45 min.

Preverjanje učnega napredka: 15 min.



Nadaljnji ukrepi:

Informacije o aktivnosti najdete na povezavi: <https://www.youthwork-practice.com/games/rope-games.html>.



Druge komponente Škatle primerov VALUE:

Vrv, dolga 2 metra ali 4 metre, če je skupina velika



Navedena vrednota:

Postavite nekaj vprašanj za ogrevanje, nato začnite spraševati več o njihovem izbranem položaju na vrvi. Izražajte zanimanje in radovednost.

3. korak – zaključna faza

Za zaključek aktivnosti mladim postavite vprašanja za samorefleksijo. Na primer:

(Ime), vidim, da si povsem na koncu vrvi, kjer ne čutiš veliko upanja ali optimizma. Lahko pojasniš, od kod to izhaja?

(Ime), glede na položaj na vrvi opažam, da si zelo iznajdljiv. Mi lahko daš primer?

(Ime), vidim, da se trenutno počutiš precej zadovoljno. Kaj torej še hočeš narediti in na čem želiš delati?

(Ime), vidim, da nimaš občutka, da nadzoruješ svoj čas. Zakaj imaš tak občutek? Imaš kakšno idejo, kako bi lahko imel več časa zase? Kaj si najbolj obetaš na tem področju?

Vaši zapiski:

V ...

V ...

V ...

V ...

V ...

V ...