

Notranja rast

3 koraki za izvedbo aktivnosti



1. korak: pripravljalna faza

Ker ta vaja obravnava zelo osebne izkušnje, se zavedajte, da imajo morda nekateri mladi problematično družinsko zgodovino. Zato je pomembno, da se seznanite z njihovo situacijo. Priporočamo, da na začetku izvedete vajo za prebijanje ledu, da se bodo mladi odrasli počutili bolj udobno pri pogovoru o osebnih izkušnjah. Nato se seznanite z vajo in zberite vse materiale, ki jih potrebujete za izvedbo.

2. korak – faza aktivnosti

Kratka navodila:

Najprej udeležencem v naravnem pogovornem slogu predstavite aktivnost vihranja možganov na temo "vzorniki". Vprašajte jih, ali imajo kakšne vzornike in kaj natančno se jim zdi pri njih navdihujoče. Z mladimi se pogovorite, ali imajo v svojih družinah kakšne vzornike oziroma kateri družinski člani običajno delujejo kot vzorniki v določenih obdobjih našega življenja. Nato jim razložite koncept pripovedovanja in da je deljenje/posredovanje (družinskih) zgodb lahko dragocen vir učenja. Mlade odrasle spodbujajte tudi k pogovoru o tem, kako so družinski člani ali drugi bližnji vplivali, da so postali oseba, kakršna so danes.

Poudarite, da vzorniki ali bližnje osebe spodbujajo našo sposobnost učenja od drugih. Zato imajo pomembno vlogo v človeškem učnem procesu, saj vplivajo na to, kako se soočamo z novimi izkušnjami ali situacijami. V idealnem primeru imajo vzorniki pozitiven vpliv. Vendar pa lahko tudi raziščete in se pogovorite o negativnih vplivih, ki jih imajo lahko drugi ljudje na naša življenja; v tem primeru se pogovorite tudi o strategijah, kako zadržati negativne vplive na nizki ravni.

Izvedba glavne aktivnosti:

Nato prosite učence, naj razmislijo o izkušnjah, pridobljenih z učenjem iz pripovedovanja zgodb. Spodbudite jih, naj predstavijo primer pozitivne (družinske) zgodbe, ki so jo slišali. Mlade odrasle nato prosite, naj si zapišejo/delajo zapiske o naukih, ki so se jih naučili iz zgodbe. Navedete lahko osebni primer pripovedovanja zgodb iz svojih izkušenj. Tako vedo, na kaj se morajo med aktivnostjo osredotočiti.

Nato naj delijo svoje nauke, ki so se jih naučili iz (družinskega) pripovedovanja, bodisi v majhnih skupinah bodisi v skupinski razpravi. Poudarite najpomembnejše vidike in nauke, ki se jih je mogoče naučiti iz družinskega pripovedovanja.



Vrsta aktivnosti:

Pripovedovanje –
izmenjava družinskih zgodb

Namen aktivnosti:

Ta aktivnost je namenjena raziskovanju osebnih življenjskih zgodb mladih. Z obravnavo osebne družinske zgodbe se mladim izboljša zavedanje virov, ki jih pridobijo s svojo družino oz. družinsko zgodbo. Tako se s to aktivnostjo mladi odrasli naučijo bolje prepoznati svoje prednosti in dosežke.



Trajanje:

Priprava: 10 min.

Izvedba: 40 min.

Preverjanje učnega napredka: 10 min.



Nadaljnji ukrepi:

Mladi napišejo kratko besedilo o svojem vzorniku oziroma o tem, kako pomembno je imeti vzornike.



Druge komponente

Škatle primerov VALUE:
Priporočamo, da vajo izvedete v zaupljivem vzdušju.



Navedena vrednota:

Tukaj lahko zapišete, kaj je

bilo ljudem všeč:

3. korak – zaključna faza

Mlade povprašajte o njihovem mnenju o vaji in kaj se jim je zdelo koristno. Med zaključno fazo lahko poudarite, koliko se naučimo iz zgodb, ki nam jih posredujejo naše družine. V zvezi s tem je treba omeniti, da lahko z deljenjem svojih zgodb in nauk tudi mladi odrasli delujejo kot pozitivni vzorniki v življenju drugih.



Vaši zapiski:

V ...

V ...

V ...

V ...

V ...

V ...

V ...

V ...