

# Moja zgodba

## 3 koraki za izvedbo aktivnosti



### 1. korak: pripravljalna faza

Udeležence razdelite v pare. Vsak udeleženec mora priti na vrsto in povedati zgodbo o sebi, ki temelji na stvareh, ki so se res zgodile v njegovem življenju.

### 2. korak – faza aktivnosti

Izberite dogodek iz svojega življenja, ki se vam zdi pomemben.

- ✓ Kaj se je zgodilo? Kaj se je zgodilo potem?
- ✓ Kaj opisujete?
- ✓ Kaj je smisel pripovedovanja ta zgodbe?

### 3. korak – zaključna faza

Kako ocenjujete ta dogodek?



Spodnje tri točke vam lahko pomagajo oceniti situacijo:

- ✓ Vaša sposobnost ukrepanja.
- ✓ Vaša sposobnost, da prepoznate izbire ter jih morda ustvarite in naredite.
- ✓ Vaš proces sprejemanja odločitev.



Vrsta aktivnosti:

Biografsko delo



Trajanje:

Izvedba: 20 minut na par.

Preverjanje učnega napredka: 15 min za povratne informacije in poročilo.



Nadaljnji ukrepi:



Druge komponente Škatle primerov VALUE:

Če se udeleženci med seboj poznajo, jih razdelite v skupine po 4 člane. Moderator lahko na koncu vaje poda splošne pripombe. Na primer: morda je relevantno pripomniti, da se lahko nekatere osebe zataknejo v negativni zgodbi ali prevzamejo negativno oznako, ki jo nosijo celotno življenje. Morda se bodo nekateri učili, ko vidijo sami sebe v

Ste se iz te situacije naučili kaj o sebi, kar bi lahko uporabili v drugih situacijah?

Če ste svojo zgodbo že komu povedali, ga prosite za povratne informacije o tem, kako se je počutil, ko je slišal vašo zgodbo.

Lahko bi vam dal povratne informacije na podlagi vaše vloge, kako ste gledali nase, kako blizu ste tej različici samega sebe in kako je ta dogodek vplival na vaše življenje od takrat.

Kako strogo ste se ocenjevali? Ste prevzeli odgovornost? Ste našli načine, da greste naprej? Ste se na podlagi svoje zgodbe naučili kaj pozitivnega, s čimer zdaj nadaljujete naprej?

situaciji in ocenjujejo življenjske dogodke.



Navedena vrednota:

Vaši zapiski:

V ...

V ...

V ...

V ...

V ...

V ...