

IDEJE ZA SKUPINSKE DEJAVNOSTI

Uredila Klavdija Kustec



IDEJE ZA SKUPINSKE DEJAVNOSTI

Uredila Klavdija Kustec

Klavdija Kustec (ur.)

IDEJE ZA SKUPINSKE DEJAVNOSTI

Založila: Založba Univerze v Ljubljani

Za založbo: Gregor Majdič, rektor Univerze v Ljubljani

Izdala: Fakulteta za socialno delo Univerze v Ljubljani, 2023

Za izdajatelja: Mojca Urek, dekanja Fakultete za socialno delo Univerze v Ljubljani

Oblikovanje, prelom in naslovnica: Tana Cuder

Jezikovni pregled: Borut Petrović Jesenovec

Prva izdaja.

Tiskarna: Cicero, Beguinje, d.o.o.

Naklada: 100

Publikacija je brezplačna.

Prva e-izdaja. Publikacija je v digitalni obliki prosto dostopna na <https://ebooks.uni-lj.si/>

DOI: 10.51741/9789612972264

Kataložni zapis o publikaciji (CIP) pripravil v Narodni in univerzitetni knjižnici v Ljubljani

Tiskana knjiga

COBISS.SI-ID=176658435

ISBN 978-961-297-225-7

E-knjiga

COBISS.SI-ID=176667395

ISBN 978-961-297-225-4 (PDF)

VSEBINA

PREDGOVOR	5
------------------	----------

TEORETSKI DEL	7
----------------------	----------

LEDOLOMILCI PREK ZOOMA V OKVIRU PREDMETA TEORIJE USTVARJALNOSTI IN SOCIALNO DELO V ŠTUDIJSKEM LETU 2020/21	15
---	-----------

STOP, NAPREJ, OBRAZ, PLOSK	16
MEDITACIJA – MOJ KRAJ MIRU	18
SESTAVLJANJE POVEDIEDI	22
KVIZI V IZI	25
HITRO ISKANJE	27
KAJ PRIKAZUJE SLIKA?	29
2 RESNICI IN 1 LAŽ	31
KOLO SAMOPODOBE	33
SPOZNAJ DOMAČEGA LJUBLJENČKA	36
OBRAZNA JOGA	38
NIKOLI ŠE NISEM	40
GLASBA NAS POVEZUJE	43

LEDOLOMILCI PREK ZOOMA V OKVIRU PREDMETA SKUPINSKO DELO Z IZRAZNO USTVARJALNIMI SREDSTVI V ŠTUDIJSKEM LETU 2020/21	47
---	-----------

MORILEC V ŠTUDENTSKEM NASELJU	48
(RAZLIČICA IGRE VOLKODLAK)	48
ALI BI RAJE ...	52
REŠILNI ČOLN	55
PREŽIVETJE – RAZLIČICA	58
GLEDALIŠČE SMEHA	63
UGANI, KDO JE NA OTROŠKI FOTOGRAFIJI	76
KDO JE TO NAREDIL?	78
10 PODOBNOSTI	81
PRIDEVNIKI OD A DO Ž	83

**LEDOLOMILCI, IZVEDENI NA FAKULTETI,
V OKVIRU PREDMETA SKUPINSKO DELO Z IZRAZNO
USTVARJALNIMI SREDSTVI
V ŠTUDIJSKEM LETU 2021/22**

89

SOL IN POPER	90
SPOZNAVNI BINGO	92
»MALO ČIČAJ, MALO ŠETAJ!«	96
ENOSMERNNA, DVOSMERNNA KOMUNIKACIJA	99
IZBOLJŠANJE SAMOPODOBE	102
SAMOSTOJEČI STOLP	106

**SKUPINSKE DEJAVNOSTI, KI SO JIH ZBRALE
ŠTUDENTKE**

109

Sara Mirtek

111

»KAJ ČE BI«	112
OKOLI SVETA	114
POVEZOVANJE BESED	115
ZGODBE O STVAREH	116
RAVNA VRSTA	117
OBJEMI BALON	118
POMEŽIKNI IN USTRELI	119

Gaja Cuder Debenjak in Anja Golobič

121

BARVE	122
POVEŽI PIKE	123
ALI POSLUŠAŠ?	125
STOLI	127
ZAPLET – RAZPLET	128
PODAJ SLIKO	129
MOČ VIDA	130
KOŠČKI UMETNOSTI	131
ENOSMERNNA IN DVOSMERNNA KOMUNIKACIJA	132
SKRIVNI OBČUDOVALEC	135
OBŽALOVANJA	136

Leila Kos

139

GREM Z VLAKOM	140
KORENJE	142
ENA ZIMSKA	143
POKLICANI	144
ZMENKARIJE	146
LOLEK IN BOLEK	147
EVOLUCIJA	149
GOR IN DOL	150
PAPIRNA VOJNA	151
POTUJOČA POEZIJA	152
NEVIDNA ŽOGA	153
ŠČIT IN LOK	154
SONCE SIJE NA ...	155
V VRSTI	156
POGOVORNI VRTILJAK	158
IGRA VLOG	160
ROKA, PAR, ZAUPAJ INFORMACIJO	161
ŽETONI	162

Sara Dimitrovski

165

NE ODGOVORI!	166
NEVIHTA	167
PODAJ ZGODBO!	169
SMRTONOSNI POMEŽIK	171

Eva Mramor

173

LUTKE	174
GLASOVANJE	176
KONTINUUM MNENJ	177
DIAMANT	178
POVEŽI SE V SKUPINO Z VSEMI, KI ...	181
UPI IN STRAHOVI	183
SILHUETA	185
KRITIČNI PRIJATELJ	187
TARČE ZA POMOČ PRI EVALVACIJI	189

STOL ZA POMEMBNO OSEBO	191
ČEBULNI PRIKAZ	192
RAZVIJANJE KLOBČIČA	193
PREDSTAVLJANJE V PARU	194
OSEBNI KROG INTERESNIH PODROČIJ	195
POGOVOR NA VLAKU	196
KARTE Z VPRAŠANJI	197
ELEKTRIZIRANJE	199
PSIHOTEST	200

PREDGOVOR

Priročnik je rezultat dela s študentkami na Fakulteti za socialno delo Univerze v Ljubljani, ki smo ga pripravljale od leta 2021. Ideja se mi je kot urednici porodila že pred nekaj deset leti, a je pandemija covida-19 je pospešila nastajanje priročnika. Šole in univerze so zaprle vrata in tradicionalno poučevanje v predavalnici se je preusmerilo na tehnološko podprto e-učenje s pomočjo različnih oblik spletnih učnih aplikacij (npr. Zoom, Microsoft Teams, Flipgard, Webex). S skupino študentk* sem izvedla učni proces prek zooma.

Tako sem s študentkami začela iskati nove načine, kako bi se kot člani skupine povezali. V okviru predmetov Skupinsko delo z izrazno ustvarjalnimi sredstvi in Teorije ustvarjalnosti v socialnem delu sem kot projektno nalogo dala študentkam v študijskih letih 2020/21 in 2021/22, da zapišejo in izvedejo v trojkah ali štirkah ledolomilec (angl. *icebreaker*). Ti so prerasli še v dejavnosti za krepitev tima (angl. *teambuilding*) in energizatorje (angl. *energizers*). Ko so študentke imele predstavitev, sem jih vprašala za dovoljenje za objavo njihovega zapisa v priročniku. Tiste, ki so to dovolile, so navedene z imenom ali samo inicialkami, odvisno od tega, kako so se odločile. Hkrati sem k soustvarjanju priročnika o uporabi skupinskih dejavnosti pri delu s skupino, zlasti ledolomilcev, povabila dodiplomske in podiplomske študentke.

Odzvale so se Anja Golobič, Eva Mramor, Gaja Cuder Debenjak, Leila Kosi, Sara Dimitrovski in Sara Mirtek.

Priročnik ima dva dela. Prvi obsega teoretsko ozadje, drugi pa konkreten zapis posamezne skupinske dejavnosti oz. ledolomilca.

Vsekakor zbrano gradivo nakazuje na nadaljnje raziskovanje.

•Predstavitev avtoric

Gaja Cuder Debenjak je diplomirana socialna delavka, po srednješolski izobrazbi vzgojiteljica. Končuje magistrski študij na Fakulteti za socialno delo v Ljubljani. Ima praktične izkušnje dela tako z mlajšo kot starejšo generacijo.

Sara Dimitrovski je študentka na Fakulteti za socialno delo. V prostem času se veliko zadržuje v gledališču, piše prozo in poezijo ter vedno nekaj likovno ustvarja za bližnje.

Anja Golobič je diplomirana socialna delavka. Trenutno študira na podiplomskem študiju Fakultete za socialno delo. Največ izkušenj ima z delom z mladimi, saj opravlja študentsko delo pri Mladih zmajih.

Leila Kos je študentka socialnega dela. Zanima jo, kako krepiti dinamiko, vzpostaviti sproščeno in varno okolje ter v članih vzbuditi občutek pripadnosti skupini, da se bodo polni pričakovanj vedno znova vračali.

Sara Mirtek je študentka podiplomskega študija na Fakulteti za socialno delo in mediatorica. V prostem času se ukvarja s pomočjo in podporo mladim, prav tako jo veseli delo z družino. Ukvarja se tudi z glasbo in fotografijo, rada hodi v naravo.

Eva Mramor je študentka socialnega dela in še posebej jo zanima delo z družino, otroki in mladostniki. Izkušnje je pridobila v svetovalni službi vrtca, na delovnih področjih varstva družine, otrok in mladostnikov na centru za socialno delo, na Svetovalnem centru za otroke, mladostnike in starše Ljubljana.

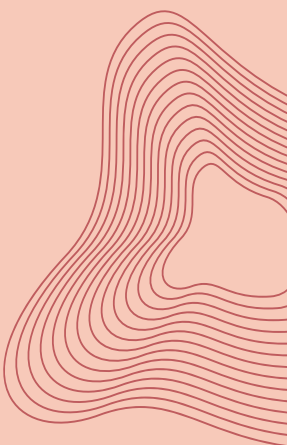
Klavdija Kustec je asistentka s področja osebnega svetovanja in skupinskega dela na Fakulteti za socialno delo Univerze v Ljubljani. Njeno ožje področje razvojnoraziskovalnega in praktičnega zanimanja je usmerjeno v delo z izrazno-ustvarjalnimi mediji v socialnem delu oziroma v zagotavljanje psihosocialne podpore in pomoči. Kontakt: klavdija.kustec@fsd.uni-lj.si.



TEORETSKI DEL

*Povej mi in bom pozabil.
Nauči me in si bom zapomnil.
Vključi me in naučil se bom.*

*Xunzl **



* Citat sem našla v *Delu* v rubriki Iskrica.

1. Skupinske dejavnosti

Moje vodilo je, da z ustvarjanjem toplega, prijaznega in osebnega učnega okolja študentkam omogočim, da bolj sodelujejo in se na ustvarjalen način več naučijo. Eden izmed načinov, kako to omogočiti, je vključitev skupinskih dejavnosti, kot so "ledolomilci" (angl. *icebreakers*), dejavnosti za krepitev tima (angl. *teambuilding*) in energizatorji (angl. *energizers*).

Izraz »ledolomilec« se nanaša na posebno ladjo, namenjeno razbijanju ledu na arktičnih območjih. Tako kot te ladje olajšajo potovanje drugim ladjam, tudi ledolomilec pomaga sprostiti pot učenju, saj študentkam olajša povezovanje, jim pomaga, da se bolje počutijo, in spodbuja pogovor. Natančneje, ledolomilec je dejavnost, ki je namenjena temu, da se ljudje spoznajo, in po navadi vključuje predstavitev z imeni in drugimi osnovnimi informacijami.

Ledolomilec je dejavnost, igra ali vprašanje, namenjeno ustvarjanju občutka dobrodošlice in razprave na srečanju skupine. Pomaga zagotoviti, da vsi udeleženi sodelujejo, da imajo priložnost spregovoriti in se počutijo vključene. Kadar udeleženci skupine na daljavo ne poznajo drug drugega, se neredko počutijo razočarane ali je manj verjetno, da bodo polno sodelovali na srečanju ali dogodku. Tako pomagajo udeležencem, da se bolj sprostijo in s tem ustvarijo bolj odprt prostor za skupinsko razpravo. Namenjeni so zabavi in zagotavljanju lahkotnosti, tako da se stvari lahko dobro začnejo. Obstaja veliko različnih vrst sredstev za prebijanje ledu in vsako ima svoje prednosti. Uporabimo jih lahko za pripravo udeležencev na srečanje, za sprožitev pogovora in smeha ali morda preprosto za izvajanje dejavnosti, povezane s samo vsebino srečanja.

Dejavnost za oblikovanje skupine je namenjena temu, da pomaga skupinam oblikovati vezi in postati tim. Dejavnosti za oblikovanje tima se od dejavnosti za prebijanje ledu razlikujejo po tem, da so člani skupine že izvedeli imena drug drugega in morda tudi nekatere osebne podatke, poudarek je na večji povezanosti.

Energizatorji so hitre in zabavne dejavnosti za poživitev skupine. Posebej koristne so po obroku, ko skupine večkrat postanejo počasne, ali popoldne, ko energija pojenja in motivacija upada.

Pogosto se ledolomilci, dejavnosti za oblikovanje skupine in energizatorji prekrivajo. Na primer, med dejavnostjo, pri kateri so udeleženci pozvani, naj se postavijo v vrsto po abecednem vrstnem redu po imenu, so udeleženci izvedeli imena drug drugega (značilno za ledolomilec), sodelovali bodo kot tim pri oblikovanju vrste (*teambuilding*) in se okrepili, ker bodo lahko vstali in se gibali po prostoru (*energizatorji*). Zato so skupinske dejavnosti v tem gradivu navedene ne glede na to, kako so opredeljene.

2. Kaj je treba upoštevati pri uporabi skupinskih dejavnosti?

Uporabimo jih, da ustvarimo bolj sproščeno okolje. Pomembno je namreč, da pred začetkom vsakega dela udeleženca "začutimo". Pozorni smo na to, da izberemo pravo dejavnost za pravo skupino. Prepričamo se, da imamo pravo število ljudi za dejavnost. Pripravimo navodila za dejavnost, ki naj bodo čim preprostejša. Pozorni moramo biti na udeležence; prepričajmo se, da se zabavajo. Po potrebi moramo biti pripravljeni improvizirati. Imejmo rezervni načrt. Udeležence razdelimo v manjše skupine, zlasti večjo skupino. Vključimo učenje imen, če je to prvo srečanje.

Česa ne smemo narediti, ko izvajamo skupinske dejavnosti?

Ne izvajamo dejavnosti, zaradi katere se bodo drugi počutili nelagodno. Ne podcenjujemo časa, ki ga bomo potrebovali za dokončanje dejavnosti. Ne pozabimo prinesiti vseh materialov, ki jih potrebujemo. Ne omejimo dejavnosti le na začetek srečanja; uporabimo jih za poživitev članov, kadarkoli med srečanjem. Ne silimo udeležencev k sodelovanju. Ne pozabimo spremljati, katera dejavnost deluje in katera ne. Ne izbiramo zapletene dejavnosti; bodimo preprosti. Ne silimo ljudi, naj zaupajo karkoli preveč osebnega.

3. Kakšne so prednosti skupinskih dejavnosti?

- Pomagajo ustvariti sproščeno okolje oziroma ozračje, v katerem udeleženci izražajo ideje in bolje sodelujejo.
- Udeležence spodbudijo, da prevzamejo odgovornost za učno okolje.
- Vzpostavijo odnos med udeleženci in spodbujajo produktivno učno okolje.
- Udeležence pripravijo na skupinsko delo.
- Omogočijo ustvarjanje zaupnega prostora za delo v skupini.

- Omogočajo zavedanje pomena neverbalne komunikacije.
- Omogočajo, da se pri razvrščanju znotraj skupine oblikujejo različne vloge, prav tako se bolje pokažejo posameznikove osebne značilnosti.
- Omogočajo izhodišča za vodeno refleksijo o spoznavanju udeležencev in razvoj spretnosti za samorefleksijo.

Lahko so učinkovit način za začetek srečanja, usposabljanja ali dogodka za krepitev tima. Ker so interaktivne in pogosto zabavne in potekajo pred glavnim delom, pomagajo ljudem, da se spoznajo med seboj in se bolje seznanijo z namenom srečanja oziroma dogodka. Dejavnosti so pomembne za ustvarjanje pozitivnega razpoloženja v skupini, pomagajo ljudem, da se sprostijo, odpravljajo začetne strahove, dajejo energijo in motivirajo, pomagajo ljudem, da razmišljajo nekonvencionalno in se spoznajo.

4. Kakšen je namen dejavnosti za prebijanje ledu?

Včasih na usposabljanje oziroma izobraževanje pridejo ljudje z vnaprejšnjimi pričakovanji, ki se jih je težko znebiti oziroma jih spremeniti. Zato ljudje, ki delajo s skupinami, uporabljajo različne tehnike, ki olajšajo takšno delo. Mednje spadajo tudi "ledolomilci", ki pomagajo spremeniti razpoloženje v določeni skupini. Pomagajo tudi pri pritegnitvi takih udeležencev, ki so nenaklonjeni učnemu procesu, sramežljivi ali pa novi v določeni skupini. Ledolomilce lahko poleg določenih učnih okolij uporabljamo tudi na seminarjih, sestankih, srečanjih in izobraževanjih zaposlenih pa tudi v neprofesionalnih skupinah.

Ledolomilce delimo v tri skupine, in sicer:

1. *Ledolomilci* – začetne aktivnosti, ki niso nujno povezane s temo izobraževanja.
2. *Ogrevalci* – začetne aktivnosti, ki so nujno povezane s temo izobraževanja.
3. *Reenergizatorji* – vmesne aktivnosti, ki jih uporabimo med izobraževanjem, če opazimo zmanjšanje pozornosti in motivacije pri udeležencih.

Ledolomilci pozitivno vplivajo na rezultat pri preverjanju znanja, na socialne stike med udeleženci in spodbujajo tudi nadaljnje sodelovalno delo na različnih projektih. Izvajalcu določenega izobraževanja pomagajo, da bolj vključi navzoče, spodbuja ustvarjalno mišljenje, izzove kritično mišljenje, bolje ponazori nove ideje in bolje predstavi novo snov. Pripomorejo tudi h kohezivnosti skupine, višji stopnji interakcije, spodbujajo pa tudi aktivno sodelovanje udeležencev.

Ledolomilci pa imajo tudi slab sloves, saj lahko pogosto izpadejo nekoliko trapasti. Vendar pa so v resnici izjemno koristni, ko gre za timske sestanke in celo za sestanke na daljavo. V digitalnem okolju, polnem sestankov na daljavo, ni nič nenavadnega, da se člani ekipe nikoli ne srečajo osebno. Zato moramo ugotoviti, kako bi se dobro počutili drug z drugim, in izvajanje dobrih ledolomilcev je ena od rešitev. Če so ledolomilci pravilno izvedeni, se lahko člani med seboj spoznajo, se bolje počutijo drug z drugim in na splošno bolj uživajo na srečanju.

NAMEN LEDOLOMILCEV

- pomoč udeležencem skupine pri spoznavanju drug drugega,
- pomoč novim udeležencem pri integraciji v obstoječo skupino,
- pomoč udeležencem, da se počutijo udobno skupaj,
- spodbujanje sodelovanja,
- spodbujanje skupnega dela,
- spodbujanje udeležencev k izstopu iz cone udobja,
- razvijanje socialnih spretnosti,
- vzpostavljanje odnosa z vodjo skupine,
- ustvarjanje dobrega ozračja za učenje in sodelovanje.

5. Kako načrtujem ledolomilce?

10-SEKUNDNI KONTROLNI SEZNAM

- Karkoli se zgodi, bodite navdušeni!
- Previdno izberite prostovoljce, bodite občutljivi.
- Če se nekaj ne obnese, hitro preidite na naslednjo dejavnost.
- Čas je pomemben – ledolomilci naj bodo ravno prav kratki, da člane ne bodo utrudili.
- Uporabite le 2 ali 3 ledolomilce kot 20–30 minutni uvod v vaš program.
- Izberite ledolomilce, ki so primerni za vašo skupino.

Na naslednjih straneh so našete skupinske dejavnosti za lažje spoznavanje, uvajanje teme, pregled pred kratkim naučenih pojmov, spodbujanje oblikovanja skupine in energiziranje. Na koncu je tudi nekaj različnih dejavnosti, ki se vam bodo morda zdele zanimive ali koristne.





**LEDOLOMILCI PREK ZOOMA
V OKVIRU PREDMETA
TEORIJE USTVARJALNOSTI
IN SOCIALNO DELO
V ŠTUDIJSKEM LETU 2020/21**

STOP, NAPREJ, OBRAZ, PLOSK

CILJ

Povezovanje skupine.

NAMEN

Da se s sošolci bolj spoznamo, povežemo in da nam bo v razredu prijetneje.

ČAS TRAJANJA

15 minut.

VELIKOST SKUPINE

Celotna skupina, vseh 32 oseb.

PRIPOMOČKI /

OPIS

Vaja je namenjena izboljševanju koncentracije in ustvarjanju veselega razpoloženja. Je ledolomilec, ki omogoča, da se s sošolci malo bolje spoznamo, hkrati pa je to dobra vaja, pri kateri lahko na lahkoten in zanimiv način urimo pozornost in naše reflekse.

Pred začetkom vaje vsaki besedi, ki jo najdemo tudi v naslovu (stop, naprej, obraz, plosk), pripišemo določen pomen. Vodji razložita, kateri telesni gib/akcija spada h kateri besedi (npr. stop = udeleženci otrpnejo; naprej = premikajo se na mestu ali hojo nakažejo z rokami; obraz = naredijo smešno obrazno mimiko; plosk = plosknejo). Naloga udeležencev je, da pozorno poslušajo besede, ki jih izgovarjata voditelja, in se hkrati pravilno odzovejo na izgovorjene besede, se pravi izvedejo pravičen telesni gib, ki spada k izgovorjeni besedi. Vodji besede izgovarjata naključno ali pa se že vnaprej dogovorita, kakšen vrstni red besed bosta imeli.

Ko vodji vidita, da so se udeleženci na pomene besed navadili, te spremenita oziroma besedam pripišeta druge pomene (npr. stop = plosknejo; naprej = smešna obrazna mimika; obraz = hoja; plosk = mirujejo). Na podlagi novih pravil morajo udeleženci izvesti akcije izrečenih besed. Če se udeleženci hitro navadijo novih pomenov, vodji te ponovno zamenjata (npr. stop = hoja; obraz = mirovanje; naprej = smešna obrazna mimika; plosk = plosk). Igra se konča, ko vodji 3-krat spremenita pomene besed, ko poteče predviden čas igre (po 15 ali 20 minutah) ali ko udeležencem igra ni več zanimiva in niso več zbrani.

S to vajo se izognemo pretirani tekmovalnosti, saj vaja nima zmagovalcev in poražencev. Vaja je tako predvsem namenjena dobremu razpoloženju, hkrati pa s pomočjo vaje udeleženci urijo spomin in zbranost.

RAZLIČICA

Če vaje izvajamo prek zooma, je možno igro prilagoditi tako, da se udeleženci namesto po prostoru gibljejo na mestu (hojo nakažejo z rokami).

KOMENTAR

Študentkam je bila vaja všeč. Pripomnile so le, da bi jim bila še zanimivejša in zabavnejša, če bi jo lahko izvedli na fakulteti, saj se na zoomu nismo slišali (če bi imeli vsi prižgane mikrofone, bi bilo to moteče) in nismo videli vseh sodelujočih.

EVALVACIJA

Meniva, da je vaja stekla tako, kot sva si zamislili, in da so se študentke in študentje zabavali. Kljub temu meniva, da bi bilo vajo primerneje izvesti na fakulteti, saj bi bila na štiri oči intenzivnejša, zanimivejša in zabavnejša, ker si študentje pomenov besed ne bi mogli zapisati na list papirja. Prav zato bi vaja trajala dlje časa in bi bila tudi zahtevnejša iz kroga v krog. Poleg tega pa bi se vsi več smejali, ko bi komu spodletelo in bi naredil napačen gib ob izrečeni besedi.

Na zoomu smo bili predvsem prikrajšani za neposredne odzive drugih, za nekaj, kar se je pokazalo za nujno pri tej igri/vaji. Prav tako je nekaj sošolcev omenilo, da bi bilo morda bolje, če bi vsi imeli vključene mikrofone, saj bi tako lahko slišali, ko bi se kdo zmotil, in bi bila celotna vaja zato še zanimivejša. Kljub temu sva z vajo zadovoljni, saj sva od sošolcev dobili pozitivne povratne informacija. Nekaterim se je vaja zdela zelo zanimiva, ker so na ekranu lahko gledali odzive sošolcev, še posebej če so se ti zmotili, prav tako pa so omenili, da so jim bile smešne tudi reakcije naju, voditeljic ledolomilca, saj sva se tudi sami večkrat nasmejali, ko sva izgovarjali besede.

ZAPISALI: Lara Dekleva in Sara Dimitrovski

VIR



(5. 12. 2023)

MEDITACIJA – MOJ KRAJ MIRU

CLJA

Umiritev in sprostitvev.

NAMEN

Da se sodelujoči pri vaji sprostijo, umirijo in se prepustijo meditaciji. Naše življenje je pogosto naporno in je zato čas, ki si ga vzamemo zase, še toliko pomembnejši. Lažje in jasneje lahko delamo, če si vsake toliko časa vzamemo nekaj minut zase, se poglobimo vase, se umirimo in sprostimo.

ČAS TRAJANJA

10 minut.

VELIKOST SKUPINE

Neomejeno.

PRIPOMOČKI

Udoben stol, blazina, postelja ali karkoli drugega, pomembno je samo, da smo v udobnem položaju. Naprava za predvajanje glasbe.

OPIS

Ledolomilec je potekal tako, da so se vse študentke oziroma študenti udobno namestili in zaprli oči. V ozadju se je slišala pomirjajoča glasba. Vaja je potekala kot vodena meditacija. Vodji sva prebrali vsaka del zgodbe, ki naj bi poslušalce popeljala v sanjski svet, svet brez težav, stresa in negativnosti. V zgodbo so bile vključene tudi osnovne dihalne vaje, ki so poslušalce še dodatno sprostile in jim zbistrile misli.

RAZLIČICA

Vaje bi bile zastavljene enako, le zgodba bi bila spremenjena, v ozadju bi se predvajala druga glasba ali pa bi namesto branja sproščajoče zgodbe vodili dihalne vaje.

KOMENTAR

Nimava komentarja, sama ideja nama je bila že od začetka zelo všeč. Zelo bi rada pohvalila poslušalce, ki so res sodelovali in od vaje tudi nekaj odnesli.

EVALVACIJA

Vaja je bila uspešna, potekala je brez težav. Poslušalci so potrdili, da je bila sproščajoča, in sva s tem cilj dosegli. Poslušalci so poudarili, da sta bila najina glasova zelo umirjena in vaji primerna. Pripombe so imeli le glede glasnosti najinega govora: zgodbo bi lahko prebrali malo glasneje ali pa bi bila predvajana glasba v ozadju tišja.

ZAPISALI: Helena Gostenčnik in Martina Poklukar

VIR

Edini vir ki sva ga uporabili, je umirjena pesem v ozadju.



(5. 12. 2023)



PRILOGA 1

VODENJE MEDITACIJE

Pozoveva vse študente, da zaprejo oči, se udobno namestijo, se sprostijo in nekaj trenutkov tiho poslušajo glasbo.

V daljavi vidim sonce, s svojo toplino me kliče in vabi, da stopim korak naprej. Pod nogami začutim droben pesek in vanj se potopijo prsti na nogah. Pesek je droben in topel. Pri vsakem naslednjem koraku začutim toplino peska. Toplina sonca ožarja moje celotno telo, ki je sproščeno in hvaležno za vsak sončni žarek. Korak se mi ustavi tik ob vodi. Voda nima meja. V enakomernem ritmu valovi in nežna pesem valov prežene vse moje skrbi, vso mojo žalost. Stopim še korak naprej in ta ritem valov tudi začutim. Voda me nežno boža po stopalih in odnaša vso mojo negativno energijo. Globoko vzdihnem in v sebi zadržim kristalno čist zrak morske obale. Nato počasi izdihnem. Še naprej sem del melodije morja, ki se mu v tem trenutku pridružijo še pomirjajoči klici galebov, ki v daljavi letajo nad morsko gladino. Ponovno vdihnem in z vdihom zajamem tudi vso lepoto, vso očarljivost narave, ki me obdaja. Sledi počasen izdih, s katerim iz sebe izpustim še zadnje skrbi, ki mi kradejo mir, in le tiho gledam, kako se te skrbi izgubijo v daljavi. Za nekaj trenutkov spet prisluhnem simfoniji, ki me obdaja.

Počasi se obrnem in z nežnimi koraki stopim do gozda, ki raste ob obali. Pod nogami začutim mehkobo gozdnega mahu. Hodim po gozdni poti, ob poti rastejo mogočna drevesa. Za hip se ustavim in v daljavi opazujem mlado srno, ki brezskrbno steče čez gozdno pot in izgine v daljavi. Sončna svetloba in listi se igrajo igro senc in ustvarjajo nepojmljivo lepe vzorce. Vztrajno hodim naprej in pridem do jase. Na sredi jase raste mogočno drevo. Pod drevesom raste na stotine rož. Brez besed pogumno stopim čez jaso in se usedem pod drevo. S hrbtom se naslonim na deblo, pogled pa usmerim najprej k rožam, nato pa čez jaso v gozd, ki me obdaja z vseh strani. Še vedno me pomirja zvok valov v daljavi, klici galebov v skupni pesmi z gozdnimi pticami. Zaprem oči, si odpočijem od dolgega sprehoda in preprosto uživam v sedanjosti. V tem trenutku zame čas ne obstaja več, obstajajo le toplina, pesem in mir v meni. Sem popolnoma sproščen in miren.

DALJŠI ODMOR

Počasi me iz zamaknjenosti prebudi ptičje petje, počasi vstanem, globoko vdihnem in počasi izdihnem in se odpravim spet nazaj čez jaso, skozi čudovit gozd, in korak se mi ustavi, šele ko spet zagledam morje. Sem na stičišču morske obale in gozda. Dva kraja, ki me vedno pomirita in ju v natanko takšni obliki poznam samo jaz. Še zadnjič pogledam proti neskončnim širjavam morja, kjer sonce že počasi zahaja, in globoko vdihnem. Dih zadržim in počasi izdihnem. Spet globoko vdihnem. Počasi izdihnem. In še zadnjič globoko vdihnem, počakam in izdihnem. Še naprej globoko in mirno diham in poslušam glasbo in počasi, prav počasi, ko bom pripravljen, odprem oči in se na zoom priklopim nazaj s kamero.



SESTAVLJANJE POVEDI

CILJ

Sprostitev.

NAMEN

Da se študentje med seboj malo bolj spoznamo, sprostimo in pokažemo ustvarjalnost in izvirnost.

ČAS TRAJANJA

10–20 minut (vajo izvedemo dvakrat).

VELIKOST SKUPINE

30.

PRIPOMOČKI

List papirja in pisalo.

OPIS

Razdelili se bomo v ločene sobe (angl. *breakout rooms*) po 5 oseb (6 sob). Kdo bo odgovarjal na katero vprašanje, se bodo študentje dogovorili v sobi. Ko je vsaki osebi določeno eno ali dve vprašanji, imate na voljo tri minute, da se spomnite čim izvirnejšega odgovora na vprašanje in ga zapišete (v ločenih sobah boste vsega skupaj 5 minut, po potrebi več). Tam, kjer bodo 4 študentje, eden odgovori na dve vprašanji. O svojih razmišljanjih se ne pogovarjate s sošolci. Napišete, na kar pomislite.

Ko imate vsi pripravljene odgovore na vprašanja, si jih med seboj podelite v enakem vrstnem redu, kot so zapisana v prilogi. Nastalo poved si v ločeni sobi zapišite in določite poročevalca, ki jo bo potem prebral vsem skupaj.

Nato vodi povprašata o morebitnih vprašanjih in razdelita skupino v 6 skupin (naključno). Razdeljeni v skupine imajo na voljo 5 minut, da določijo, kdo bo odgovarjal na katero vprašanje, odgovorijo na to vprašanje, odgovore si v obliki povedi povedo in določijo poročevalca, ki bo nato poročal celotni skupini.

KOMENTAR

Komentarji so bili v večini pozitivni, češ da je vaja preprosta in super za sprostitev in da se ob poslušanju različnih povedi nasmeješ. Kar zadeva izvedbo prek zooma, bi bilo seveda bolje, če bi bila izvedena na fakulteti, tako bi imeli tudi neposreden stik in odzive vseh in morda več časa za izvedbo več povedi.

EVALVACIJA VAJE

Najin namen je skupinsko spoznavanje. Pozitivne posledice vaje so sprostitev in boljši odnosi znotraj skupine in med posamezniki. Vaja je potekala tako, da sva opisali vajo in študentke razdelili v 6 skupin po 5 posameznic. Naloga vsake skupine je bila, da so si razdelili eno od vprašanj in nanj brez posredovanja v skupini odgovorile, tako da so napisale prvo stvar, na katero so ob vprašanju pomislile. Ena v skupini je imela nalogo, da vse odgovore napiše v smiselno poved in jo predstavi drugim skupinam. Tako so se oblikovale izvirne in morda po naključju logične povedi. Tu je nekaj primerov, ki so se nama zdeli najbolj smešni:

- Papež z velikim snežakom šteje ovce na Šmarni gori, ker rad peče banani-no pecivo.
- Agata Kristi z vrečko za smeti sedi na straniščni školjki v orehovi lupini, ker ima mokre nogavice.
- Pršica s sosedovim psom kuha nedeljsko kosilo na avtu svojega tretjega bivšega, zato ker sta prepozno oddala domačo nalogo za matematiko.
- Elizabeta II. z Georgeom Clooneyjem gradi zimski vrt v glavi Eltona Johna, ker ima vnetje mehurja.
- Frizerka s kriminalistom iz Bolgarije vozi električni skiro na moji pisalni mizi, ker ima prekratke noge.
- Pohabljen nindža želva s svojim psom smuča na UKC-ju, ker ne zna skuhati gobove juhe.

ZAPISALI: Zala Mežan in Laura Končina

VIR

Lastni

PRILOGA 2

List, ki sva ga posredovali študentom v klepet (angl. *chat*), da jim bo lažje:

Razdelili se bomo v ločene sobe po 5 oseb (6 sob), tam, kjer bodo štirje, pa eden odgovori na dve vprašanji. Kdo bo odgovarjal na katero vprašanje, se bodo študentje dogovorili v svoji sobi.

Ko je vsaki osebi določeno eno ali dve vprašanji, imate na voljo tri minute, da se spomnite čim izvirnejšega odgovora na svoje vprašanje in ga zapišete (v ločenih sobah boste vsega skupaj 5 minut, po potrebi več). O svojih razmišljanjih se ne pogovarjate s sošolci. Napišete, kar vam pride na misel.

Ko imate vsi pripravljene odgovore na svoja vprašanja, si jih med seboj podelite v enakem vrstnem redu, kot so zapisana. Nastalo poved si v sobi zapišite in določite poročevalca, ki jo bo potem prebral vsem skupaj.

Vprašanja si sledijo po vrsti:

1. Kdo?
2. S kom?
3. Kaj dela(ta)?
4. Kje?
5. Zakaj?

Primera povedi:

Žirafa **z banano** **plete** šal **v mikrovalovki**, ker je pozabila vzeti tablete.

↓ ↓ ↓ ↓ ↓
Kdo? S kom? Kaj dela(ta)? Kje? Zakaj?

Mali Princ **z opico** **striže** hišo **na vrtu**, ker jo bolijo noge.

KVIZI V IZI

CILJA

Spoznavanje članov skupine in krepitev zaupanja.

NAMEN

Da se študenti iz različnih skupin pri predmetu Teorije ustvarjalnosti in socialno delo bolje spoznamo in povežemo z reševanjem zanimivih kvizov, iz katerih na koncu ustvarjamo in ovrednotimo pozitivne predsodke.

ČAS TRAJANJA

30 minut.

VELIKOST SKUPINE

3–4 osebe v ločenih sobah (*angl. breakout rooms*); skupaj 32 oseb.

PRIPOMOČKI

- **hobiji:**



(5. 12. 2023)

- **astrološko znamenje:**



(5. 12. 2023)

- **ljubezenska govorica:**



(5. 12. 2023)

- **domovi na Bradavičarki:**



(5. 12. 2023)

OPIS

Najprej se študenti in študentke v zoomu razdelijo v skupine po 3 do 4 člane. Dobili bodo spletne povezave do 4 kvizov. Ko bodo razdeljeni v skupine, imajo najprej 15 minut časa, da samostojno rešijo kvize. Ko vsi člani skupine končajo reševanje, si izmenjajo rezultate in jih zapišejo. Po poročanju rezultatov si študentke izmenjajo pozitivne predsodke glede na rezultate. Cilj vaje je, da se med seboj bolje spoznajo in krepijo zaupanje z izmenjevanjem pozitivnih pripisov.

KOMENTARJI

- Zabavni kvizi, eni so zadeli, eni ne, zabavna vaja.
- Zelo zanimivo, smešni kvizi, veliko pogovora, prijetna izkušnja.
- Zelo dobra ideja, veliko iztočnic za vzpostavljanje pogovora, zanimivi kvizi.
- Dobra vaja, da se spoznamo v skupini.
- Zelo zanimiva, kreativna in dobra ideja.
- Zanimiva ideja, da smo vpletle kvize.
- Dober uvod v spoznavanje članov in grajenje zaupanja.

EVALVACIJA

Misliva, da je bil najin ledolomilec zelo uspešen, hkrati pa meniva, da bi bil lahko še veliko boljši, če bi ga lahko izvajali na fakulteti, saj bi lahko več komentirali in se pogovarjali o rezultatih; to je na daljavo težavno in zamudno. Ker sva v igri sodelovali tudi sami, sva lahko na lastni koži ocenili njeno uspešnost, saj smo se v skupini res bolje spoznali in postavili temelje za zaupanje. To je bil tudi namen ledolomilca.

AVTORICI: Mina Špeh in Nina Žekar

VIR

Lastni



HITRO ISKANJE

CILJA

Medsebojno sodelovanje in spoznavanje.

NAMEN

Da se študenti, ki smo letos v drugačni zasedbi kot v preteklih letih, med seboj bolje spoznamo, se bolj odpremo, povežemo, sodelujemo, hkrati pa tudi pokažemo ustvarjalnost. Odličen način za hitro vzpostavitev intimnosti in ustvarjanje skupnosti.

ČAS TRAJANJA

15–20 minut.

VELIKOST SKUPINE

25–30 oseb.

PRIPOMOČKI

Računalnik s povezavo na zoom.

OPIS

1. krog: V vašem stanovanju ali sobi morate poiskati dva predmeta. Prvi naj bo predmet, na katerega vas vežejo najlepši spomini, drugi pa naj bo čim bolj ekstravaganten. Za oba skupaj imate 5 minut. Po preteklem času zaupamo kratko zgodbo o obeh predmetih (zakaj ste izbrali posamezen predmet). Na ekranu bo prikazan časovnik, ki bo odšteval 5 minut.

2. krog: Tokrat imate 7 minut časa, da se našemite s predmeti, ki jih najdete okoli vas (nakit, oblačila, posteljnina, plišaste živali in morda tudi ličila, če si upate 😊). Vsak od vas bo nato glasoval v chatu tako, da bo zapisal ime tistega, ki si po njegovem mnenju zasluži naziv »najboljše našemljenega«. (**Predlog:** med iskanjem predmetov izklopite kamero in nas nato presenetite!)

KOMENTAR

Študenti so po vaji povedali, da so bili sproščeni in da jim je bila vaja zanimiva.

EVALVACIJA

Ledolomilec je potekal brez zapletov in poteka ne bi spremenila. V obeh krogih so sodelovali vsi študenti. S pomočjo zgodb, ki smo jih povedali ob predmetu, ki ima za nas poseben pomen, smo se bolj spoznali. Prvi krog je bil namenjen predvsem spoznavanju študentov med seboj in sproščenju. Drugi krog pa je bil namenjen zabavi. Študentom je bila vaja zanimiva. Prav tako je bilo zanimivo videti vse kostume, ki so se jih študentje domislili.

AVTORJA: Manca Kutin in Žan Igrec

VIR

Lastni



KAJ PRIKAZUJE SLIKA?

CILJA

Povečanje povezanosti skupine in spoznavanje članov skupine med seboj.

NAMEN

Da se s pomočjo kazanja svojih osebnih slik bolje spoznamo, drug o drugem izvemo nekaj novega, zanimivega in zabavnega.

ČAS TRAJANJA

10 minut v manjših skupinah in 10 minut vsi skupaj (skupaj približno 20 minut).

VELIKOST SKUPINE

V eni skupini 3–4 osebe; skupaj 32 oseb.

PRIPOMOČKI

Osebni telefon, računalnik.

OPIS

Celotna skupina se na začetku razdeli v manjše skupine po štiri. Vsak posameznik mora nato na svojem telefonu/računalniku (v galeriji slik) poiskati sliko, ki ima zanj velik pomen in ga v nečem tudi predstavlja. Na sliki so lahko hišni ljubljenci, nepozabno potovanje, on sam ali s prijateljicami, hobi, stvar, ki jo občuduje, ali karkoli, kar bi rad zaupal skupini. Ko je vsak izbral svojo sliko, ki jo želi predstaviti svoji manjši skupini, jo skupini zaupa tako, da jo prek računalniške kamere pokaže. Drugi v skupini potem povejo, zakaj je izbral prav to sliko in kakšno je njeno zanimivo ozadje. Tisti, ki kaže sliko, potem razloži pravo ozadje. Ko vsi štirje člani to storijo, se dogovorijo, kdo od njih bi svojo sliko pokazal še drugim skupinam oz. celotni skupini. Nato po 10 minutah zapustijo ločene sobe in eden izmed štirih članov iz vsake skupine predstavi svojo sliko še vsem drugim sošolcem (ponovno približno 10 minut).

EVALVACIJA

Vajo ocenjujeva za uspešno. Delo je potekalo v manjših skupinah, nato pa še v večji. To je bilo dobro, saj se je vse skupaj povežalo v večjo celoto, prav tako pa smo vsi o vsakem izvedeli nekaj novega. Aktivnost je bila še zanimivejša, ker se med seboj nismo dobro poznali in smo sodili le po videzu in izhajali iz sebe. Po ugibanju je bilo ozadje na koncu lahko povsem drugačno. S pomočjo igre smo izvedeli informacije o pomembnih trenutkih za

nekoga, dobili nov vpogled v košček njegovega življenje, se spoznali. Igra je poskrbela, da smo se na prijeten in zanimiv način bolje spoznali. Mislimo, da je slika naključna, potem pa ugotovimo, da ima za nekoga globlji pomen.

ZAPISALI: Laura Kalan in Ula Kos

VIR



(5. 12. 2023)



2 RESNICI IN 1 LAŽ

CILJ

Čustveno povezovanje članov.

NAMEN

Da se bolje spoznamo, sprostimo in zabavamo.

ČAS TRAJANJA

15–20 minut.

VELIKOST SKUPINE

30 oseb, delo v manjših ločenih sobah.

PRIPOMOČKI

Računalnik s povezavo na zoom, list velikosti A4, pisala.

OPIS

Vodja pove vsem, da bomo delali v manjših skupinah po 4 ali 5 in da bo vsak najprej napisal na list papirja 3 povedi o sebi. Dve od teh sta resnici, ena pa laž. Časa za to ima približno 5 minut. Nato imajo 10 minut, da vsi v skupini ugibajo, katera poved je laž. Povedi naj bodo čim zanimivejše in izvirnejše, da lahko člani v skupinah razpravljajo o zgodbah in se tako bolje spoznajo. Na koncu lahko tisti, ki želijo, zaupajo kakšne zanimivosti ali komentar celotni skupini.

– **Primer:** 1. bojim se višine, 2. imam pet mačk, 3. ko sem bila majhna, sem želela postati policistka.

KOMENTAR

Udeleženci v vaji so poročali, da se jim je igra zdela zanimiva. Marsikdo jo je že poznal. Povedali so, da so si med seboj zaupali veliko zgodb. Še posebej se je zdela zabavna tistim, ki so bili v skupini, v kateri so se z drugimi hitro povezali. Zanimivo jim je bilo tudi to, da so morali predvidevati, kaj je laž, saj niso vedeli ničesar o osebi, poznali so samo njen videz. Odločali so se tudi na podlagi tega, kaj bi sami naredili v podobni situaciji.

EVALVACIJA

Vaja je uspela, ker so se večinoma vsi bolje spoznali med seboj. Prav tako pa so se lahko tudi bolj sprostili, saj smo si zaupali tudi nekaj »sramotnejših« dejstev o sebi. Glede na komentarje ne bi nič spremenili.

ZAPISALI: Jasmina Arslanović in Gaja Luna Skočir

VIR



(5. 12. 2023)



KOLO SAMOPODOBE

CILJA

Izboljšanje samopodobe in spoznavanje sošolcev.

NAMEN

Da posameznik ugotovi, kakšna je njegova trenutna samopodoba in kako bi jo lahko izboljšal. Delo v skupini posamezniku omogoči, da pomaga drugim pri iskanju majhnih sprememb, ki jih lahko naredijo. Z zaupanjem osebnega videnja svoje samopodobe in sodelovanjem pri iskanju izboljšav se študentje med seboj bolje spoznajo in povežejo na bolj osebni ravni.

ČAS TRAJANJA

20 minut.

VELIKOST SKUPINE

28 oseb (v ločenih sobah, pozneje po 2).

PRIPOMOČKI

Računalnik s povezavo na zoom, listi velikosti A4, pisala.

OPIS

Na začetku predstavimo namen vaje. Nato vsak na list papirja nariše krog. Razdeli ga na 5 enakih delov, vsak pa ponazarja del njegove samopodobe:

1. telesnost (telesno zdravje, počutje, telesna samopodoba),
2. vrednote (zadovoljstvo s svojimi vrednotami, kako jih uresničuje v vsakdanjem življenju in kako pogosto),
3. cilji (zadovoljstvo z doseženimi cilji, trud za doseganje ciljev, ambicioznost),
4. odnosi (doživljanje svojih odnosov z drugimi in zadovoljstvo s temi odnosi – skladnost trenutnih odnosov z vizijo želenih odnosov posameznika, počutje ob osebah, s katerimi ima posameznik odnos),
5. materialni vidik (zadovoljstvo z materialno lastnino, si posameznik želi več, misli da ima dovolj?).

Vsak udeleženec nato označi na črti (središče kroga = 0 %; točka, kjer se črta in krog stikata = 100 %), kako zadovoljen je s posameznim delom svoje samopodobe. Ko to naredi pri vsakem delu, poveže vsako označeno točko in ob tem nastane petkotnik določene velikosti in oblike. Stran petkotnika, ki je bližja središču, ponazarja slabšo samopodobo posameznika.

Skupino nato razdelimo v manjše skupine po 2. V paru se pogovorijo o svojem petkotniku in se osredotočijo na del samopodobe, ki ga želijo in nameravajo izboljšati. Sodelujejo pri iskanju načinov izboljšanja svoje samopodobe, si zaupajo osebne izkušnje s samopomočjo in določijo, kaj bodo spremenili. Nato se vrnemo v veliko skupino. V njej tisti, ki želi zaupati svojo izkušnjo z vajo, pove, kaj novega je ugotovil in za kakšno spremembo se je odločil, kaj ga je presenetilo o sebi, ali se mu je uspelo bolje povezati s sošolcem. Cilj je ugotoviti, kakšno samopodobo imamo, s sodelovanjem odkriti prve možne korake do izboljšanja mnenja o sebi, na koncu vaje pa pridobiti občutek, da smo se približali sošolcu, ga bolj osebno spoznali.

KOMENTAR

Odziv na vajo je bil zelo pozitiven. Udeleženci so poročali, da jim je bila vaja zelo všeč, čeprav je bila miselno naporna, a pomaga ugotoviti, kako se trenutno doživljamo. Povedali so tudi, da so izvedeli nove stvari o sebi, ki se jih prej niso zavedali, saj niso nikoli zavestno pomislili nanje, zato so bili presenečeni. Nekateri so menili, da bi moral to vajo narediti vsak, ki je prej še ni. Všeč jim je bilo, da so lahko razmišljali o sebi in svojem počutju, saj imajo v vsakdanjem življenju za to le redko priložnost. Samo če se ukvarjamo s svojim počutjem glede različnih področij življenja, lahko opazimo, da se glede nečesa ne počutimo dobro, pa prej tega sploh nismo opazili. Takrat lahko začnemo razmišljati, zakaj se tako počutimo in kako počutje izboljšati. Priznali so, da je za vajo potrebna iskrenost do samega sebe. Povedali so tudi, da se je bilo zaradi majhnih skupin (v ločenih sobah so bili v parih) lažje odpreti sogovorniku, zaupati osebno doživljanje. Menili so, da v večjih skupinah to ne bi bilo možno, saj se ne bi počutili tako varno. Udeleženci so poročali tudi o občutku povezanosti, saj so ugotovili, da imajo težave s podobnimi področji. Tudi če niso imeli težav na enakih področjih, so še vedno lahko doživljali podobne izkušnje v preteklosti in so zato razumeli sogovornika.

EVALVACIJA

Vaja se nama je s sošolko, s katero sva jo izvedli, zdela zelo uporabna, predvsem zato, ker jo lahko uporabimo za to, da preverimo svoje doživljanje sebe in primerjamo, kako napredujemo (če jo ponovimo večkrat), lahko pa pomeni tudi začetek večje spremembe v življenju, ker je preverjanje svojega počutja, ugotavljanje, da se ne doživljamo pozitivno, prvi korak k spremembi. Kot udeleženci v vaji se strinjata z odzivom drugih. Ob vaji se počutimo ranljivi, saj si včasih težko priznamo stvari in nas je tega tudi lahko strah, a lahko v njej najdemo tudi moč za spremembo. Ranljivi smo predvsem takrat, ko se odpremo sogovorniku, a nam prav to da še večjo možnost povezovanja z njim, saj se lahko počutimo razumljene in imamo občutek, da nismo sami v tem, kot so poročali udeleženci. Vaja je lahko začetek nečesa večjega, saj nam omogoči vpogled v doživljanje sebi. Uporabna pa je tudi za to, da bolje spoznamo drugega člana skupine na osebni ravni in se povežemo po zaslugi pogovora.

ZAPISALI: Lara Pust in Nataša Pelengić

VIR

Vajo sem (Lara) spoznala julija 2019 na treningu socialnih veščin (TSV), ki ga izvaja društvo Center za pomoč mladim. TSV traja 5 dni, poteka v vasi Soča, namenjen je mladim med 15. in 20. letom, ki si želijo spoznati nove ljudi, se sprosteno pogovarjati o psihosocialnih temah in izvedeti kaj novega o sebi. Kolo samopodobe sem spoznala na delavnici o samopodobi. Takrat smo se najprej podrobneje pogovorili o vsakem področju samopodobe, potem je vsak narisal svoje kolo, se o tem pogovoril z nekom drugim, tudi o spremembah, ki jih namerava udejanjiti, nato pa smo se še kot skupina pogovorili o rezultatih, o tem, kako se samopodoba nenehno spreminja in kaj vpliva nanjo.

SPOZNAJ DOMAČEGA LJUBLJENČKA

CILJA

Spodbujanje timskega dela in spoznavanje članov.

NAMEN

Da se študenti bolje spoznajo, povežemo in odpremo ter ustvarimo sproščeno ozračje tudi na zoomu.

ČAS TRAJANJA

15 minut (odvisno od velikosti skupine): 5 minut za pripravo in 10 minut za izvedbo.

VELIKOST SKUPINE

2 osebi ali več.

PRIPOMOČKI

Telefon s sliko, fotografija na spletu ali žival.

POTEK

Vsak pokaže svojega domačega ljubljénčka in ga na kratko predstavi. Če ga posameznik nima, pokaže sliko kakšne druge živali ali pa sliko svojega »popolnega« ljubljénčka poišče na spletu. Nato vsak o njem nekaj pove, npr. ime, starost, kaj rad počne. Na koncu vsak da besedo naslednjemu v skupini.

Naprej določimo 5 minut, da vsak poišče sliko živali ali pa gre žival kar iskat, po petih minutah se vrnemo in ledolomilec se lahko začne. Na koncu sledi evalvacija.

KOMENTARJI

"Ful je bilo luškano, z vsako živalco sem si mislila, da bi to žival imela, in vsaka naslednja mi je bila še bolj všeč, tako da res ful luškano."

"Ja, meni je bilo tudi všeč videti prave živali, ne samo na slikah, ful dobra vaja."

"Meni se zdi mogoče tudi ful dobro za spoznavanje, ker se mi zdi, da vsi ful radi govorimo o svojih živali, tako da, ja. Mi je bilo zabavno pa lepo videti."

"Ja, jaz se strinjam, tudi mi je bila ful zanimiva vaja in to, da govorimo o naših živalih, je tako res zelo lepo."

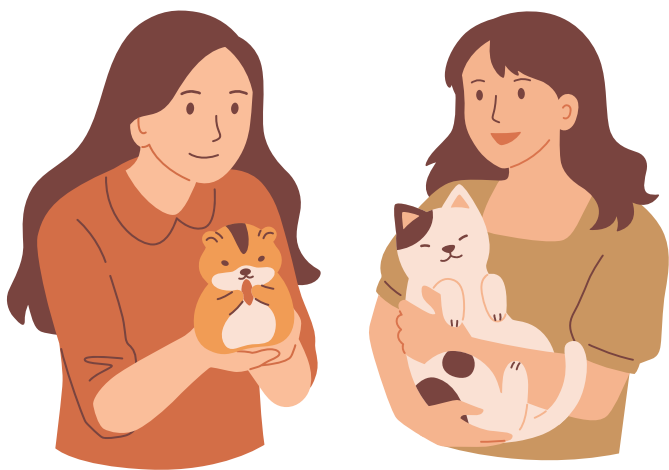
"Meni se je tudi zdel zelo dober ice breaker pa ful je zanimivo, ker sem ravno prej gledala za zavetišče za mačke, da bi jo posvojila, in zdaj ste mi še bolj lušte naredili, tako da, mogoče."

ZAPISALI: Ana Jermol in Monika Hribar

VIR



(5. 12. 2023)



OBRAZNA JOGA

CILJ

Sproščanje članov skupine.

NAMEN

Da se povežemo med seboj, s seboj in se v skupini sprostimo. Da se člani skupine sprostijo, zmanjšajo stres in naredijo nekaj vaj za prekrvitev obraza.

ČAS TRAJANJA

15–20 minut.

VELIKOST SKUPINE

32 oseb in več.

PRIPOMOČKI

Računalnik z zoom povezavo.

OPIS

Obrazna joga je sestavljena iz 10 vaj. Vsaka poteka približno 30 sekund. Pri prvi vaji z levo roko primemo desno stran glave, z desno dlanjo se tapkamo po levem delu vratu do rame. Strani potem zamenjamo. Pri drugi vaji pokrčimo kazalec. Palec položimo pod brado, pokrčen prst pa pod lice. S tako pozo delamo potege od brade proti ušesu. Vajo ponovimo na drugi strani. Pri tretji vaji prav tako pokrčimo kazalec in delamo potege pod licem, od nosa krožno do vrha ušesa. Vajo prav tako ponovimo na drugi strani. Pri četrti vaji postavimo kazalca v zunanje kotičke nosa. Tam 30 sekund delamo krožne gibe. Pri peti vaji pokrčimo kazalca in sredinca ter s členki delamo potege od notranje strani očesa do zunanje strani. Sredinca imamo tako na obrveh, kazalca pa pod očmi. Pri šesti vaji na čelo položimo kazalec in sredinec obeh rok in vlečemo območje med obrvema navzgor. Sedma in osma vaja sta si zelo podobni. Pri eni gledamo z očmi gor in dol, pri drugi pa levo in desno. Deveta vaja se imenuje face tap. S prsti tapkamo kjerkoli po obrazu, da sprostimo vse mišice obraza. Za bolj gladko čelo spet nanj položimo ista prsta in delamo potege od sredine čela prek senc do spodnjega dela lic. Deseta vaja se imenuje happy face. Uporabimo vse prste; vlečemo jih od kotičkov ustnic proti ušesom do začetka las.

KOMENTAR

"Pred tem me je bolela glava, zdaj me je nehala."

"Vaja me je prebudila, ker sem bila, preden smo začeli z vajami, malo zaspana."

"Vaje so mi bile dobre, sem prav čutila, da se sproščam. Sem si vedno želela poskusiti obrazno telovadbo in je verjetno ne bi, če je ne bi bilo tu."

"Ko sem slišala besedo obrazna joga, sem si mislila, 'oh, kaj je zdaj spet to'. Potem pa mi je bilo že pri prvi vaji všeč. Se mi je pa začelo spati in se nisem prebudila, kot je ena prej to omenila."

"Mi je bilo zanimivo, ugotovila sem, da imam malo suho kožo, in sem jo šla namazat."

"Meni se je zdelo ful fajn. Mi je bilo smešno gledati vse, kako si tapkajo po faci."

EVALVACIJA

Sprva, ko sva se odločili, da bova izvedli obrazno jogo, sva bili malo skeptični, če bo to v skupini ljudem sploh všeč. Nama se je zdelo super, zato sva hoteli to pokazati tudi drugim. Bili sva izjemno pozitivno presenečeni nad odzivi.

ZAPISALI: Eva Požarnik in Lea Potočnik

VIR



(5. 12. 2023)

NIKOLI ŠE NISEM

CILJ

Spoznavanje članov.

NAMEN

Da se študenti, med katerimi se večina letos sploh še ni videla na fakulteti, med seboj bolje spoznamo, se bolj odpremo, povežemo, sodelujemo in si zaupamo kakšne prigode, zanimive informacije o sebi na podlagi že danih vprašanj. Ledolomilec je namenjen predvsem začetnemu spoznavanju članov.

ČAS TRAJANJA

20–30 minut.

VELIKOST SKUPINE

32 oseb ali več, razdeljenih v skupine po 3–4 osebe v ločeno sobo (angl. *breakout room*).

PRIPOMOČKI

Računalnik z zoom povezavo.

OPIS

Na začetku voditeljici predstavita skupini naslov ledolomilca in razložita potek. Imamo dva kroga (2-krat po 10 vprašanj). Vsak član dvigne roki in drži vseh deset prstov v zraku. V klepet se prilepi 20 vprašanj, ki se vse začnejo z "Nikoli še nisem". Za vsako trditev vsak izmed članov zapre prst, če je tisto že naredil. Na primer, če je izjava "Nikoli še nisem bil v Ameriki" in so trije člani bili tam, vsi trije spustijo prst in jim tako ostane devet prstov. Med seboj si potem zaupajo zgodbe in izkušnje, povezane z izjavo. Cilj je biti oseba, ki ji je ostalo največ prstov v zraku. Skupino se potem naključno razdeli po 3 do največ 4 članov v ločeno sobo in igra se začne.

RAZLIČICA

Lahko si vsaka skupina izmisli tudi svoje izjave, bolj osebne, da se tako člani med seboj še bolje spoznajo.

IGRA NA FAKULTETI

Začnite igro tako, da igralci sedijo v krogu z dovolj stoli za vse igralce, razen za enega. Prvi igralec stoji v središču kroga in reče preprosto izjavo, ki se začne: "Nikoli še nisem ..." Zdaj vstanemo in zamenjamo stole. Kdor je naredil vse, kar prvi igralec reče, da še ni, mora najti nov sedež, skupaj z osebo na sredini. Če je samo ena oseba, ki je storila tisto, kar oseba na sredini ni nikoli, mora ta posameznik podrobno povedati, kaj se je zgodilo. Ena oseba bo ostala brez sedeža. Ta posameznik zavzame mesto sredi kroga in pove nekaj, česar še nikoli ni storil. Igra se nadaljuje tako, da vsaka oseba pripravi novo izjavo "Nikoli še nisem ..."

KOMENTAR

Sošolke so rekle, da jim je bila vaja zelo všeč, da so se s pomočjo tega ledolomilca res bolje spoznale. Všeč jim je bilo tudi, da so bila vprašanja takšna, da so se lahko vse poistovetile in si zaupale zgodbe in slišale tudi zanimive zgodbe drugih. Med izvajanjem vaje so se sprostile.

EVALVACIJA

Tudi nama se zdi, da se je izšlo super, bilo je ravno prav časa. Tako kot sošolke sva uživali v vaji, v zgodbah in spoznavanju. Zelo sva bili veseli pozitivnih komentarjev, odziva in sodelovanja.

ZAPISALI: Urška G. in Rebeka E

VIR



(5. 12. 2023)

PRILOGA 3

Vprašanja

1. Nikoli še nisem pojedla cele pice?
2. Nikoli še nisem jokala med gledanjem Titanika.
3. Nikoli nisem pretihotapila hrane ali sladkarij v kino.
4. Nikoli še nisem poskusila sama postriči svojih las.
5. Nikoli nisem imela ponarejene osebne izkaznice.
6. Nikoli nisem znova podaril nečesa, kar je bilo podarjeno meni.
7. Še nikoli nisem jedla hrane, ki je padla na tla?
8. Nikoli še nisem delala neumnih obrazov v kopalniškem ogledalu.
9. Nikoli še nisem skočila v globino na elastični vrvi.
10. Nikoli si še nisem barvala las.
11. Nikoli me niso vrgli iz lokala.
12. Nikoli še nisem dobila tatuja.
13. Nikoli nisem bila budna več kot 24 ur.
14. Nikoli nisem bila ves dan v pižami.
15. Nikoli nisem sovražila darila, ampak sem nekomu rekla, da mi je všeč.
16. Nikoli še nisem izgubila sončnih očal, ki sem jih že nosila.
17. Nikoli še nisem bila zaljubljena v svojega učitelja.
18. Nikoli še nisem zataknila žvečilke pod mizo.
19. Nikoli še nisem bila tako opečena, da ne bi mogla nositi majice.
20. Nikoli še nisem prišla pozno kam, kjer bi vsi strmeli vame.



GLASBA NAS POVEZUJE

CILJ

Medsebojno povezovanje.

NAMEN

Da se študenti še bolj zblížamo s pomočjo glasbe (z razpravljanjem o najljubših zvrsteh glasbe, najljubših skladbah). Z delom v dvojicah lahko dosežemo večjo odprtost študentov, večjo zasebnost in torej tudi zaupnost. Ledolomilec je namenjen predvsem medsebojni podpori in sodelovanju med študentoma v paru, da se bolje povežeta in ustvarita prijateljsko vez.

ČAS TRAJANJA

25 minut.

VELIKOST SKUPINE

32 oseb ali več, razdeljenih v skupine po 2 osebi v ločene sobe.

PRIPOMOČKI

Listi A4 in pisalo.

OPIS

Študentom na začetku razloživa pomen vaje. V klepet (anlg. *chat*) pošljeva 5 vprašanj, hkrati pa razloživa navodila: vsak študent si na list, ki ga ima pri sebi, odgovori na vprašanja. Za to ima na voljo 5 minut. Medtem si lahko po želji kamere izklopijo. Po petih minutah oziroma ko študenti odgovorijo na vsa vprašanja, jih naključno razdeliva v pare v ločene sobe. Tam si zaupajo odgovore, o tem razpravljajo, povedo izkušnje, skratka, temo pogovora lahko sami določijo. Za delo v parih je na voljo 15 minut. Po tem času se vsi vrnejo v večjo skupino in v njej lahko študenti zaupajo kakšne izkušnje ali povedo, kaj zanimivega so izvedeli. Vprašanja pa so: kateri je tvoj najljubši glasbeni žanr (npr. pop, rock, jazz, klasika, hip hop, metal, filmska glasba), katera je tvoja najljubša pesem (lahko izbereš najljubše 3, če imaš več najljubših pesmi), katera je bila tvoja najljubša pesem v otroštvu oziroma katera pesem ti vzbuja nostalgijo/ti nekaj pomeni (npr. pesem, ki so ti jo peli starši, pesem iz risanke), katere pesmi ne maraš ali katerega glasbenega žanra ne maraš, katera pesem ima zate (trenutno) poseben pomen.

KOMENTAR

Kolegici je bila všeč ideja, da si glede glasbe zaupamo kakšne stvari, saj se tako lahko z osebo s podobnim glasbenim okusom bolj povežemo. Ledolomilec ji je bil všeč, zdel pa se ji je tudi zelo zanimiv. Druga kolegica je povedala, da ji je bilo zanimivo in da sta se s sogovornico veliko strinjali glede glasbe, veliko sta se pogovarjali, omenila pa je tudi, da jima je zmanjkalo časa. Tretja kolegica je dobro spoznala sogovornico, s katero sta se zelo povezali. Rekla je, da se ji zdi, da se glasba navezuje na veliko stvari v življenju in da s pomočjo glasbe lahko spoznaš veliko različnih zgodb ljudi. Žan pa je pojasnil, da ga je sošolka, s katero je bil v paru, spomnila na pesem o mačku Muriju, to pa ga je spomnilo na otroštvo.

EVALVACIJA

Za naslov ledolomilca sva se dogovorili skupaj. Glasba in sodelovanje sta se nama zdeli zanimivi temi.

AVTORICI: Ostati želita anonimni

VIR

Lastni





**LEDOLOMILCI PREK ZOOMA
V OKVIRU PREDMETA
SKUPINSKO DELO Z
IZRAZNO USTVARJALNIMI SREDSTVI
V ŠTUDIJSKEM LETU 2020/21**

MORILEC V ŠTUDENTSKEM NASELJU (RAZLIČICA IGRE VOLKODLAK)

CILJA

Medsebojno sodelovanje in spodbujanje timskega dela.

NAMEN

Da se študentke, ki smo letos vaje prvič obiskovale v takšni skupini, med seboj povežemo in se pri tem zabavamo, hkrati pa se učimo sodelovati.

ČAS TRAJANJA

20–30 minut.

VELIKOST SKUPINE

11 oseb (10 igralcev + 1 vodja).

PRIPOMOČKI

Računalnik z zoom povezavo.

OPIS

V svoji najpreprostejši obliki igro volkodlak igramo v dveh ekipah; volkodlaki in vaščani. Igre, ki jih igramo na lokaciji, potrebujejo moderatorja, ki v igri ne sodeluje kot igralec. Moderator dodeli vloge tako, da razdeli karte z vlogami. Na začetku igre so vsakemu volkodlaku predstavljene vloge drugih igralcev, ti pa izvedo le število volkodlakov, ki sodelujejo v igri, niso pa seznanjeni s tem, kdo je volkodlak in kdo vaščan.

V igri se menjata dve fazi: noč in dan. Ponoči nekateri igralci skrivnostno opravijo posebna dejanja, podnevi pa igralci razpravljajo o morebitnem volkodlaku, glasujejo in izločijo enega izmed igralcev. Ti fazi se med seboj izmenjujeta, dokler niso izločeni vsi volkodlaki ali pa število volkodlakov in vaščanov ni enako (npr. 2:2).

Nekaterim igralcem so lahko dodeljene vloge s posebnimi sposobnostmi. Pogoste posebne vloge vključujejo tele:

Jasnovidec – vaščan, ki lahko izve vlogo ene osebe na noč.

Varuh – vaščan, ki ima možnost zavarovati igralca pred smrtjo vsako noč, vendar lahko to stori le enkrat v igri.

Masoni – vaščani, ki se v prvi noči "prebudijo", s tem pa se med seboj prepoznajo.

RAZLIČICA

Spremenili sva naslov igre (iz volkodlak v morilec), v izvirni igri so vloge razdeljene s pomočjo kart, v najini igri so vloge naključno določene vnaprej, imena vlog so prevedena iz originalnih, ki so v angleščini, z izjemo varuha, ki sva ga preimenovali v zdravnika, poleg tega sva, za boljšo vključenost študentk med igro, dodali funkcijo tudi že umorjenim igralkam igre. Jasnovidčeva vloga je aktivirana vsako noč namesto zgolj enkrat v igri, vloga masonov pa v celoti izločena. Celotna skupina študentk je načrtno razdeljena v manjši skupini za hitrejše igranje in lažje medsebojno povezovanje.

Kot priloگو dodajava navodila za najin ledolomilec, ki sva jih posredovali študentkam pred izvedbo.

KOMENTAR

Izvedli smo en krog igre, v obeh skupinah je zmagala morilka.

EVALVACIJA

Po izvedenem ledolomilcu ugotavljava, da bi bila igra boljša, če bi jo lahko odigrali v več krogih, ne samo enkrat, kot se je zgodilo na vajah. Meniva, da bi se tako lahko še bolj zabavali, saj bi bil potek igre jasnejši. Krog, ki smo ga izvedli, je bil tako bolj namenjen učenju igranja, čeprav je bilo z vsakim novim dnevom oziroma nočjo lažje in zabavneje. Ugotavljava tudi, da bi lahko navodila igre še malce poenostavili, morda so bila preobsežna za takojšnje razumevanje. Meniva, da je bil ledolomilec kljub temu uspešno izveden in da je bil dober uvod v preostanek ledolomilcev, saj je pripomogel k energiziranju članic skupine in k sproščenosti ter je prebil led. Ločene sobe so dobro delovale in zadovoljni sva, da sva se študentke odločili razdeliti v dve skupini. Meniva, da bi igra, če bi jo igrali vsi skupaj, trajala še dlje in nam ne bi uspelo odigrati niti prvega kroga. Meniva, da sva z zoom orodji uspešno ravnali, čeprav sva manjšo vlogo v eni skupini pripisali dvema osebam, a to ni pomembno vplivalo na potek igre. Tudi povratna informacija, ki sva jo dobili od kolegic, je bila pozitivna. Z ledolomilcem sva zadovoljni, bi si pa želeli, da bi ga lahko izvedli v več krogih.

ZAPISALI: Tana Logar in Nika Rudolf



VIR

(5. 12. 2023)

PRILOGA 4

NAVODILA igre Morilec v študentskem naselju (različica)

Igro bomo igrale v skupinah po 11 študentk, od tega bo ena študentka vodja igre, preostalih 10 pa bo aktivnih igralk igre. V vsaki igri bodo 3 študentke dobile posebno vlogo, ki je ne smejo razkriti. Te vloge se aktivirajo s prvo nočjo igre in jim bodo posredovane prek zasebnega sporočila ob samem začetku.

Igra je razdeljena na noč in dan. Začne se ponoči, ko morilec prvič mori. Ko se zdani in študentke izvedo za umor, pa se začne pogovor, v katerem poskušajo študentke ugotoviti, kdo je morilec. Dan se konča z glasovanjem, na katerem je lahko izglasovan pravi morilec in se igra konča, ali pa se ponovi noč, v kateri imata ključni vlogi tudi zdravnik in jasnovidec. Če jasnovidec pravilno ugotovi, kdo je morilec, se igra že v isti noči konča, v nasprotnem primeru pa se igra nadaljuje, dokler ni odkrit morilec ali pa so umorjene ali izločene vse študentke.

Posebne vloge so morilec, zdravnik in jasnovidec.

Morilec: vsako noč umori eno osebo, tako da vodji igre v zasebno zoom sporočilo napiše ime izbrane žrtve. Njegov cilj je, da pomori vse študentke, preden te ugotovijo, kdo je.

Zdravnik: ima (v primeru, da je še živ) od druge noči moč pozdraviti eno izmed študentk, za katero sumi, da bi lahko tisto noč umrla. Študentko tako za čas trajajoče noči zaščiti pred smrtjo. To stori tako, da njeno ime pošlje v zasebno zoom sporočilo vodji igre.

Jasnovidec: ima posebno moč, da vsako noč od druge noči (če še živi), napove morilca. Morilca napove tako, da ime osumljenke pošlje v zasebnem zoom sporočilu vodji igre. Če morilca uspešno napove, se igra konča in zmagajo študentke.

Vse posebne vloge, dokler še živijo, sodelujejo v pogovoru in glasovanju, ki poteka čez dan.

Umrli in izločeni iz igre: imajo možnost pomagati jasnovidcu pri odkrivanju morilca, to storijo tako, da ime osumljene osebe sporočijo jasnovidcu prek zasebnega zoom sporočila. Ime jasnovidca jim vodja igre posreduje po zasebnem zoom sporočilu.

Študentke: ponoči aktivno opazujejo soigralke in skušajo ugotoviti, kdo je morilec. V pogovoru podnevi pa svoje sume ubesedijo in spremljajo pogovor, na podlagi katerega nato skupaj glasujejo za morilca.

PRAVILA V PRIMERU IZVEDBE IGRE NA ZOOMU

Ponoči imajo vsi igralci izključene mikrofone, kamere pa so prižgane ves čas igre. Vse posebne vloge (morilec, zdravnik in jasnovidec) z vodjo igre komunicirajo prek zasebnih zoom sporočil. Pri tem velja biti pozoren, saj lahko svojo vlogo po pomoti razkrijete vsem.

ČASOVNI OKVIR

Noč = 1 minuta (max. 2 minuti), dan = 3 minute (max. 5 minut).



ALI BI RAJE ...

CILJA

Medsebojno povezovanje in spoznavanje.

NAMEN

Da se študenti med seboj na zabaven način bolje spoznajo in povežejo, saj to pripomore k boljši skupinski dinamiki in sodelovanju.

ČAS TRAJANJA

Približno 30 minut.

VELIKOST SKUPINE

Skupina po 6 ali 7 članov/vsi v skupini (21 oseb).

PRIPOMOČKI

A4 listi, pisalo.

OPIS

Vprašanja "Ali bi raje ..." so odlična metoda za začetek pogovora na zabaven in zanimiv način. Poleg tega se lahko z vprašanjem "zakaj" po vprašanju "ali bi raje" razvijejo različni pogovori. S pomočjo tega ledolomilca izvemo veliko zanimivih dejstev in mnenj oseb, s katerimi sodelujemo. Izvajanje igre lahko prilagajamo glede na število članov, saj lahko pogovor poteka v večjih ali manjših skupinah in celo parih. Pri tem ledolomilcu gre za odgovarjanje na vnaprej pripravljena vprašanja in razpravo o izbiri odgovora.

Prvi korak pri izvedbi ledolomilca je priprava seznama vprašanj, na katera bodo udeleženci odgovarjali. Nato se posedemo v krog in vodja razloži pravila. Eno stran sobe določimo kot "opcijo A" in drugo kot "opcijo B". Vodja postavlja vprašanja in povabi udeležence, da se premaknejo na eno ali drugo stran sobe glede na njihovo izbiro. Potem vsak udeleženec razloži, zakaj se je odločil za opcijo A ali B, če je skupina manjša. Ob večji skupini pa damo udeležencem na levi in desni strani minuto ali dve, da se med seboj pogovarajo in določijo 3 glavne razloge, zakaj so se odločili za določen odgovor. Po končani razpravi se vsi udeleženci premaknejo na sredino prostora in čakajo na naslednje vprašanje. Potem vodja spet postavi novo vprašanje in igra se ponovi, dokler ne izčrpamo časa ali vseh vprašanj.

RAZLIČICA

Kot vsak teden se bomo članice skupine srečale na aplikaciji zoom. Na začetku bo ena izmed vodij razložila pravila ledolomilca in člane skupine povabila, naj nam postavijo morebitna vprašanja. Za tem bodo vsi udeleženi razdeljeni v ločene sobe v skupine po 6 oseb oziroma ena skupina bo imela 7 oseb.

Vsaka izmed treh vodij se bo vključila v eno izmed skupin in v njej postavljala vprašanja in vodila razpravo. Vodja bo postavila vprašanje in potem dala članom skupine na voljo minuto za razmislek. V tej minuti se bodo odločili za eno izmed opcij in navedli argument, zakaj so se tako odločili. Nato bo vodja povabila vsakega člana, da predstavi svoj odgovor. Ko pridejo na vrsto vsi člani, bo vodja postavila naslednje vprašanje in ponovila postopek. V vsaki skupini bomo povabile člane, da določijo eno osebo, ki bo zapisovala vprašanja in argumente za en ali drug odgovor. Po 20 minutah bomo zapustili manjše skupine in se vrnili v glavno sejo in v njej zadnjih 5 minut namenili evalvaciji.

KOMENTAR

Sodelujoče so izrazile, da jim je bil ledolomilec všeč, zabaven in povezujoč. Poleg tega so omenile všečnost in preprostost navodil, ki so delo olajšala. Nekoga je presenetilo, da lahko nekaj vprašanj začne razpravo o določeni temi in prikaže tudi vrednote, ki jih ima posamezna oseba. Omenile so tudi, da so imele priložnost razmišljati o stvareh, ki niso vsakdanje in o katerih ne razmišljajo vsak dan. Prav tako jim je bilo všeč, da so videle, kako druge sošolke razmišljajo, in da so spoznavale druge perspektive.

EVALVACIJA

Ledolomilec smo izvedle brez problemov in po načrtih, na srečo tudi ni bilo tehničnih težav. Za izvedbo smo uporabile vprašanja v prilogi. Sodelujoči so ne le odgovarjali na vprašanja, temveč tudi pojasnili izbiro. To je spodbudilo razpravo med člani in spoznavanje drug drugega oziroma navad drugih članov. Sodelovanje je torej potekalo zelo dobro, sošolke so bile do nas vodij tudi zelo spoštljive in so poslušale naša vprašanja. Med razpravljanjem je bilo tudi veliko humorja, tako da smo se lahko tudi skupaj nasmejale. Zdi se nam, da so naša vprašanja sprožila razmišljanje o tematikah, ki niso vsakdanje in o katerih navadno ne razmišljamo. Tako smo lahko vse sošolke pogledale na nekatere stvari tudi iz zornih kotov drugih in videle, katere morda razmišljajo podobno, katere pa na določeno temo gledajo popolnoma drugače. Menimo tudi, da nam je ledolomilec dobro uspelo prilagoditi

zoomu in da smo ga na splošno dobro zasnovali, saj smo od sošolk ob končni evalvaciji dobile pozitivne odzive.

ZAPISALE: Hana Mulalić, Barbara Gostenčnik in Elena Justin

VIR



(5. 12. 2023)

PRILOGA 5

VPRAŠANJA

1. Ali bi raje vedno 10 minut zamudila ali bi prišla 20 minut prezgodaj?
2. Ali bi raje izvedela, kako boš umrla ali kdaj boš umrla?
3. Ali bi raje nadaljevala svoje življenje ali bi ga spet začela od začetka?
4. Ali bi raje izgubila sposobnost za laganje ali pa bi raje verjela vsemu, kar ti je povedano?
5. Ali bi raje, da nihče ne pride na tvojo poroko ali pogreb?
6. Ali bi raje opravljala lahko delo za nekoga drugega ali zelo težko delo zase?



REŠILNI ČOLN

CILJA

Medsebojno sodelovanje in spodbujanje timskega dela.

NAMEN

Pozvati člane k boljšemu sodelovanju in sklepanju kompromisov s pomočjo dobre komunikacije. Prav tako prepoznavati stereotipe in njihov vpliv na naše odločanje.

ČAS TRAJANJA

Približno 45 minut.

VELIKOST SKUPINE

Neomejeno.

PRIPOMOČKI

Izroček, pisalo in prazni listi.

OPIS

Ti in še 12 ljudi ste ujeti na potapljaški se križarki, ki je bila namenjena na Bahame. Med potapljanjem opazite otoček, ki bi ga lahko dosegli z rešilnim čolnom in se rešili. Ampak na rešilnem čolnu je prostora le za 8 oseb. Tisti, ki bodo šli na rešilni čoln, bodo verjetno prišli do otočka in tam poskusili preživeti, dokler ne bodo rešeni. Tisti, ki pa bodo ostali na križarki, bodo verjetno umrli. Kot zaposleni na križarki imate odgovornost, da določite, kdo je primernejši za preživetje in gre lahko na rešilni čoln.

Prvi del: Najprej vsak individualno izbere 8 oseb, ki bi jih rešil na rešilni čoln. Ob tem zapisuje tudi razloge, zakaj je izbral posamezno osebo.

Drugi del: Potem se člani razdelijo v skupine in enako določijo, katere osebe so primerne za rešilni čoln. Člani bodo najverjetneje imeli različna mnenja, a se morejo dogovoriti le za en odgovor. Ob tem spet zapisujejo, zakaj so izbrali koga.

Po obeh delih vsi člani med seboj razpravljajo in odgovorijo na vprašanja:

1. Kakšna moralna presoja in vrednote imajo vlogo pri vaši odločitvi? Ali je kakšna še posebej opazna?

2. Ali lahko ljudje spremenijo svojo moralo in vrednote? Če da, kaj mora biti izpolnjeno?
3. Kako lahko alkohol in droge vplivajo na posameznikove moralo in vrednote? Podajte primere.
4. Kako morala in vrednote vplivajo na uporabo substanc?
5. Glede na razpravo in vajo, s čim se morate še ukvarjati?

Nato člani narišejo obris sebe in vanj zapišejo vsaj 20 stvari, ki opisujejo njihovo osebnost in cilje.

RAZLIČICA

ČAS TRAJANJA

30 minut.

OPIS

Ti in 10 drugih ljudi ste ujeti na križarki, ki potuje skozi Bermudski trikotnik. Naenkrat se ladja začne potapljati. V daljavi zagledate otoček, na katerega bi se lahko rešili z rešilnim čolnom. A na čolnu je prostora le za 5 oseb. Z njim bi prišli na otoček in tam bi vas lahko rešili, a verjetno po zelo dolgem času. Preostali na križarki pa bodo umrli.

Na izročku so opisi drugih potnikov križarke. Ob izbiranju primernih potnikov (najprej individualno in potem skupinsko) je treba utemeljiti svojo izbiro in jo zapisati na poseben list.

Individualni del traja 5 minut, skupinski del odločanja pa 15 minut. Če se v tem času ne morate odločiti, bodo vsi potniki na ladji potonili.

Po obeh delih vsi skupaj razpravljamo o svojem delu. Pogovorimo se o teh stvareh:

1. Skupini primerjata svoji izbiri.
2. Zakaj ste izbrali ljudi, ki ste jih izbrali (utemeljite)?
3. Zakaj ste/niste izbrali sebe?
4. Če bi bili vsi ljudje popolnoma zdravi in ne bi uporabljali substanc, bi se drugače odločili?

ZAPISALI: Zala Štrukelj in Saša Žitnik



PRILOGA 6

MOJA IZBIRA	IZBIRA SKUPINE	OSEBE
		Ana Marija – Stara 45 let, izjemno izkušena medicinska sestra in samohranilka dveh osnovnošolskih otrok. Otroka sicer živita z njeno sestro po odredbi socialne službe zaradi njenih težav z alkoholom.
		Bobi – Star 17 let in na pogojnem izpustu zaradi kraje denarja starejšim gospem. Sicer je zelo očarljiv, prijazen in ustrežljiv, ko tak želi biti.
		Dr. Zgaga – Star 55, s protetično nogo zaradi prometne nesreče. Je zelo inteligenčen, vendar rad pametuje in je aroganten.
		Miha – Srednjih let in nezaposlen odvisnik od kokaina. Ne glede na to je zelo močan zaradi dolgih let uličnih pretepov in težkega fizičnega dela. Njegova higiena ni idealna. Doma ima hudo bolne starše, za katere redno in s sočutjem skrbi in brez njega ne bi preživela.
		Stanko – Star 39 in genij z doktoratom iz mikrobiologije. Trenutno je dosegel velik preboj pri odkrivanju zdravila za raka. Je na invalidskem vozičku in deluje egoističen in nesramen.
		Tim – 41-letni vojni veteran, ki je v Iraku doživel veliko grozot. Ima PTSD in ko ne jemlje zdravil, sliši glasove. Doma ima 8 mesecev nosečo ženo in si zelo želi otrok.
		Berta – 70-letna upokojena osnovnošolska učiteljica. Ima 4 odrasle otroke in 15 vnukov. Je odlična gospodinja. Je tudi kronična kadilka in čaka na rezultate pregleda za raka na pljučih.
		Silva – Najemniška vojakinja v poznih dvajsetih. Ima veliko znanja o tehnikah preživetja v naravi. Hitro se ujezi in je zelo temperamentna, sicer pa ima tudi odlične voditeljske sposobnosti. Priznala je, da je nekoč med bojem nekoga ubila. Ko so jo ujeli, je trdila, da v samoobrambi. Je v četrtem mesecu nosečnosti, a njen mož tega še ne ve.
		Mario – Star 18 let, komaj govori slovensko. Je navdihujoč in nadarjen glasbenik, ki je pravkar sklenil pogodbo s svetovno znanim producentom. Je na mednarodnem seznamu osumljenec terorizma, ampak pravi, da je obtožen po krivem zaradi porekla.
		Franc – 40-letni mož, oče štirih otrok in strokovnjak za navtiko. Že od začetka potovanja gre vsem na živce, ker je zelo trmast in zaverovan v svoj prav. Pred tem potovanjem je zapustil bolno ženo in otroke.
		Vi

PREŽIVETJE – RAZLIČICA

CILJI

Timsko delo, sodelovanje in medsebojno dogovarjanje.

NAMEN

Da vsak sodelujoči zavzame stališče in jasno pove razloge o izločanju ljudi iz zaklonišča. Pomembno je, da se v skupini razvije skupinska dinamika. Poudarek je predvsem na timskem delu in sodelovanju.

ČAS TRAJANJA

20–30 minut.

VELIKOST SKUPINE

Dve skupini po 10 ljudi. Velikost in število skupin lahko prilagodimo želenemu številu končnih rezultatov, ki jih na koncu primerjamo.

PRIPOMOČKI

List papirja A4 in pisalo, če sodelujočim pomaga pri delanju seznam za izločanje.

OPIS

NAVODILA SODELUJOČIM:

Pred kakšno uro je bil izveden atomski napad na vaše mesto z bombo, ki je v ozračje sprostila ogromne količine smrtonosnega plina. Na srečo so se alarmi sprožili pol ure pred nesrečo, tako da se je veliko ljudi zateklo v zaklonišča. Ugotovili ste, da se je kljub jasnim navodilom vanj zateklo 11 ljudi namesto 6, ki je maksimalno število ljudi, ki jih v zaklonišču lahko preživi (glede na količino hrane, vode, zraka) 6 mesecev, kolikor časa bo moril plin v ozračju. Vaša naloga je, da se kot skupina v zaklonišču dogovorite za izločitev 5 ljudi, ki bodo morali zapustiti zaklonišče.

Spodaj imate za lažje odoločanje opisane temeljne podatke o ljudeh v zaklonišču.

1. **Miha**, 35 let, pisec znanstvene fantastike, samohranilec štirih otrok, ki so zdravi v drugem zaklonišču. Pred tremi leti se je zdravil zaradi jemanja kokaina in od takrat ga ne jemlje več.
2. **Petra**, 67 let, upokojena zdravnica, brez svojcev.

3. **Klemen**, 29 let, vojaški strokovnjak za bojne strupe. Takoj ob prihodu v zaklonišče je prevzel vlogo vodje in organiziral stvari, da so začele potekati po zelo vojaškem redu.
4. **Emil**, 45 let, jedrski fizik, homoseksualec, s sumom, da je okužen z virusom aids. Odličen športnik, ukvarja se z jogo, meditacijo.
5. **Darjo**, 37 let, duhovnik, z veliko izkušnjami pri delu z umirajočimi.
6. **Minka**, 28 let, v tretjem mesecu nosečnosti. Precej živahna in ima histerične napade.
7. **Olga**, 47 let, psihologinja, mati sina, ki ni preživel. Ima raka na pljučih.
8. **Hana**, 35 let, ukvarja se z vrtnarjenjem. Po ločitvi od moža je na skrivaj začela piti.
9. **Lidija**, 16 let, uspešna gimnazijka, dobra slikarka, problematična mladostnica, ki rada navezuje stike s starejšimi moškimi.
10. **Rene**, 27 let, večni študent elektrotehnike, udeleženec več tečajev preživetja v ekstremnih razmerah.
11. **Janja**, 37 let, prostitutka za visoko družbo. V službi strokovnjakinja za komunikacijo pri zelo uspešnem podjetju.

SKLEPNI DEL:

Skupina določi enega v skupini, da poroča, koga so izbrali oz. izločili iz zaklonišča in zakaj. Skupina naj svoje stališče dobro argumentira. Po koncu naloge je zelo pomembna analiza, ki jo vodi vodja. Vsak član skupine evalvira/pove svoja opažanja; kdo je prevzel glavno vlogo v skupini, kako so se drugi člani medtem vedli (ali so se strinjali z mnenji drugih sodelujočih ali se z njimi niso strinjali), kako je potekala njihova interakcija in kako je skupina funkcionirala, ali so se v njej dobro počutili ...

RAZLIČICE

1. Lahko dodamo več likov v zaklonišču z osnovnimi podatki o njih. S tem nalogo še otežimo.
2. Velikost skupine lahko oblikujemo poljubno.
3. Igranje vlog: število članov v skupini je lahko enako kot število ljudi v zaklonišču, tako da se lahko vsak sodelujoči član poistoveti z enim človekom v zaklonišču. Oz. vsakemu dodelimo eno izmed vlog/oseb. Ob tem zagovarjajo sebe oz. svoj lik/vlogo, zakaj so dragoceni ali zakaj si prav oni zaslužijo ostati v zaklonišču.

KOMENTAR

Meniva, da sva se na najin ledolomilec dobro pripravili. Naredili sva obširno raziskavo in ob tem spoznali veliko novih socialnih iger in ledolomilcev, za katere prej še nisva slišali. A večji izziv je bil najti primernega za delo prek zooma. Za to, da sva našli pravega in ga preoblikovali tako, da je ustrezalo trenutnim razmeram, sva potrebovali veliko časa. Tudi izvedba ledolomilca je bila nad najinimi pričakovanji, sploh ko sva na začetku vaj izvedele, da imata punce, ki sta bili na vrsti pred nama, enako oz. zelo podobno igro. Priznati morava, da je v tistem hipu navdušenje nad najinim ledolomilcem usahnilo, in bili sva prepričani, da bo to bolj polom kot uspeh. A pokazalo se je prav nasprotno; ker smo me in tudi druge punce iz skupine lahko imele predhodno izkušnjo s podobno igro, smo lahko primerjale, to pa je bilo zelo dragoceno. In odzivi drugih punc iz skupine so bili ob koncu zelo pozitivni, čeprav sva se bali, da bodo rekle, da so se ob ponovnem igranju dolgočsile in se naveličale igre. Tudi midve sva ob vodenju zelo uživali in sva zadovoljni, da sva dosegli namene ledolomilca: timsko delo, sodelovanje in dogovarjanje.

EVALVACIJA

Po končanem sodelovanju v dveh ločenih skupinah sva vse sodelujoče povabili na zaključno evalvacijo, da smo primerjale rezultate in kratko ubesedile svoje občutke in opažanja. Ob primerjanju rezultatov smo ugotovile, da sta obe skupini v zaklonišču obdržali veliko istih ljudi, če pa se je izbira razlikovala, je bil tudi motiv za to, da so izbrali določenega človeka, drugačen. Sodelujoče so komentirale, da je bila izbira težja kot pri prejšnjem, podobnem ledolomilcu in da so izbirale ljudi z drugačnimi sposobnostmi ali lastnostmi kot v prejšnjem ledolomilcu, saj so bile okoliščine igre drugačne (rešilni čoln/otok in zaklonišče/bojni plin). Sodelujoče so komentirale tudi, da jih ni motilo, da so bile deležne dveh podobnih ledolomilcev, saj se je razprava v skupinah kljub temu razvila in je bilo zanimivo spremeniti tudi vzorec razmišljanja, saj takšne situacije pogosto (na srečo) doživljamo samo v filmih in zgodbah.

ZAPISALI: Anja Slavec in Mateja Satler

VIR

Koren, G. (b.d.). *Priročnik za skupinsko delo z zaprtimi osebami: zbornik praktičnih vaj – interno gradivo*. Ljubljana: Uprava RS za izvrševanje kazenskih sankcij, Generalni urad, Oddelek za vzgojo (str. 29).

Izvedba

Glede na število udeležencev skupino razdelimo na 2–3 skupine po 3–6 ljudi. V vsaki skupini naj bo nekdo vodja. Vodja opazuje, kako se skupina dogovarja in odloča, kdo prevladuje, kdo prevzema pobudo, kakšne argumente posamezniki navajajo za svoje odločitve, kako jih utemeljujejo ipd. Vaja naj traja do 20 min.

NAVODILA SODELUJOČIM: Ste vodja specialne enote za izredne razmere. Pred kakšno uro je bil izveden atomski napad na vaše mesto z bombo, ki je v ozračje sprostila ogromne količine smrtonosnega plina. Na srečo so se alarmi sprožili pol ure pred nesrečo, tako da se je veliko ljudi zateklo v zaklonišča. Vi ste na varnem v svoji štabni enoti in prek komunikacijske mreže povezani z zakloniščem, za katerega varnost ste odgovorni. Izvedeli ste, da se je kljub jasnim navodilom vanj zateklo 11 ljudi namesto 6, kolikor je maksimalno število ljudi, ki jih v zaklonišču lahko preživi (glede na količino hrane, vode, zraka) 6 mesecev, kolikor časa bo moril plin v ozračju. Vaša naloga je, da iz zaklonišča izločite 5 ljudi.

SKLEPNI DEL: Tisti, ki vodi vajo, opazuje, kako se skupina že med samo vajo dogovarja; kdo je prevzel glavno vlogo v skupini, kako so se drugi člani medtem vedli (ali so se strinjali z mnenji drugih sodelujočih ali se z njimi niso strinjali) in kako je potekala njihova interakcija. Nato vodja skupine določi enega v skupini, da poroča, koga so izbrali oz. izločili iz zaklonišča in zakaj. Skupina naj svoje stališče argumentira. Po koncu naloge je zelo pomembna analiza, ki jo vodja vaje povzame. Pomembno je, da ob koncu vaje vodja pove svoja opažanja (kako je skupina funkcionirala).

Za lažjo odločitev so navedeni temeljni podatki o ljudeh v zaklonišču.

1. **Miha**, 35 let, pisec znanstvene fantastike, samohranilec štirih otrok, ki se zdravi v drugem zaklonišču. Pred tremi leti se je zdravil zaradi jemanja kokaina in od takrat ga ne jemlje več.
2. **Petra**, 67 let, upokojena zdravnica, brez svojcev.
3. **Džalil**, 29 let, vojaški strokovnjak za bojne strupe. Takoj ob prihodu v zaklonišče je prevzel vlogo vodje in organiziral stvari, da so začele potekati po zelo vojaškem redu.
4. **Emil**, 45 let, jedrski fizik, homoseksualec, s sumom, da je okužen z virusom aids. Odličen športnik, ukvarja se z jogo, meditacijo.
5. **Dare**, 37 let, duhovnik, z veliko izkušnjami pri delu z umirajočimi.

6. **Miljenka**, stara 28 let, v tretjem mesecu nosečnosti. Precej živahna in ima histerične napade.
7. **Olga**, 47 let, psihologinja, mati sina, ki ni preživel. Ima raka na pljučih.
8. **Helga**, 35 let, ukvarja se z vrtnarjenjem. Po ločitvi od moža je na skrivaj začela piti.



GLEDALIŠČE SMEHA

CILJA

Smeh in sprostitev ob igri.

NAMEN

Povezovanje skupine s pomočjo zabavne igre, v kateri so vsi vključeni in pripomorejo h končni različici naloge, poleg tega pa se še nasmejijo in sprosti.

ČAS TRAJANJA

25–30 minut.

VELIKOST SKUPINE

Prvi del vaje je potekal v petih skupinah po štiri osebe. V drugem delu pa so bile vse študentke skupaj in so brale scenarije svoje skupine, da so se lahko nasmejale tako one kot druge skupine.

PRIPOMOČKI

Wordovi dokumenti, v katerih je vsaka skupina dobila 15 vprašanj, na katera je bilo treba odgovoriti. Poleg teh dokumentov pa sva imeli še vsaka 2–3 scenarije, v katere sva vpisali odgovore in nato te delili s skupinami.

OPIS

Igra se začne tako, da eden od igralcev odgovarja na 25 vprašanj, ki so bila že postavljena glede na scenarij. Primeri vprašanj so bili na primer: kaj bi zakričala, če bi pod posteljo videla hudiča; naj pove en pridevnik in ime, ki bi ga dala svoji mački. Druga oseba si je odgovore sproti zapisovala, nato pa jih je zapisovalec scenarijev vnesel v že sestavljen scenarij. Sledila je uprizoritev, tako da sta se obe osebi preoblekli v scenariju primerna oblačila, za njima so postavili sceno, nato pa sta začeli brati besedilo, zapisano na ekranu, skritem za kamero.

RAZLIČICA

Igro sva povzeli po petih videih Mad Lib Theatre v oddaji *The Tonight Show Starring Jimmy Fallon*, v katerih so se kot gostje udeležili znani igralci. Sprva sva vseh pet scenarijev prevedli v slovenščino in prav tako vsa vprašanja, na katera so na začetku odgovarjali. Vprašanja sva tudi prilagodili slovenskim razmeram. Scenarije in vprašanja sva zapisali v wordove dokumente, pri tem pa sva vprašanja skrajšali za 10 in nanje kar sami odgovorili, saj bi sicer vzelo preveč časa. Poleg tega sva vsak scenarij prilagodili za štiri

osebe. Študentke sva v prvem delu razdelili v pet skupin in jim posredovali Wordove dokumente z vprašanji za njihov scenarij in jim naročili, naj odgovore zapisujejo vanj in jih tudi shranijo, saj nama jih bodo poslale nazaj. Preden sva jih poslale v manjše skupine, sva jim priporočili, naj bodo pri podajanju odgovorov čim izvirnejše. V manjših skupinah so bile 10 minut, nato sva jih poklicali nazaj, da so nama poslale odgovore. Najina naloga je bila, da te odgovore vneseva v scenarije, to pa sva naredili med ledolomilci drugih parov. V drugem delu sva jim povedali, da sva njihove odgovore vnesli v scenarije, ki jih bodo zdaj prebrali. Tokrat so bile članice vseh skupin skupaj in se med seboj poslušale. Pri tem sva jih spet spodbudile, naj se čim bolj zabavajo, sprostijo in uživajo v vloge. Zaupali sva jim scenarije od vsake skupine, ki so jih zaigrale. Ko so vse skupine odigrale svoj scenarij, smo imeli še evalvacijo, da so študentke, ki so želele, podale svoja doživljanja ob vaji.

KOMENTAR

Po končanem ledolomilcu sva v skupini opravili evalvacijo. Vprašali sva jih, kako so doživljale vajo. Povedala so nama, da jih je vaja prebudila, da se jim je zdela zanimiva in zabavna, ko so se spomnile svojih odgovorov, in videle, kam so bili dani; da so se nasmejale; da jim je všeč, da so bile vse vključene; ena pa je omenila, da ji je bilo všeč tudi to, da ji ni bilo treba prebrati veliko besedil.

Potem ko so druge izrazile pozitivna mnenja o poteku ledolomilca, sva bili res zadovoljni in si oddahnili, saj sva v to vložili veliko časa in napora. Izvedbe ledolomilca ne bi spremenili, saj se nama je zdel res primeren za najin cilj. Potem ko so izrazile mnenje o ledolomilcu, sva jih pohvalili, saj so naju presenetile, ker so se tako dobro vživele in zato tudi dobro odigrale vloge.

EVALVACIJA

Pred začetkom najinega ledolomilca sva bili nekoliko živčni, saj sva želeli, da bi bil rezultat najinega ledolomilca čim uspešnejši. Pokazalo se je, da je bil najin ledolomilec zelo zanimiv, sproščajoč in zabaven – to je bil tudi najin cilj. Pri delu sva imeli nekaj tehničnih težav. Na primer, nekatere niso mogle poslati wordove datoteke z odgovori v zoom klepet, zato smo se dogovorile, da nama jih pošljejo kar na messenger. Druga težava je bila, da ni bilo dovolj časa za drugi del najinega ledolomilca, zato sva ga morali nadaljevati pri naslednjih vajah. Tretji problem pa je nastal, ko je 5. skupina brala scenarij: takoj na začetku je eno od študentk vrglo iz zooma, zato smo minuto ali dve čakali, da se je vrnila. Glede predstavitve drugega dela sva bili sprva v skrbeh, da bodo do takrat že vse pozabile, vendar se je pokazalo, da

je bilo to še zanimivejše in bolj smešno. Probleme sva uspešno rešili, zato na samo uspešnost niso vplivali. Na splošno sva bili s samim potekom zelo zadovoljni. Zdi se nama namreč, da je bila igra zelo primerna za delo na daljavo, in sva lahko spreminjali dele scenarija, ki so bili odvisni od spola besede, ki jo je skupina podala za odgovor – tega na fakulteti ne bi mogli izvesti.

ZAPISALI: Anja Golobič in Nuša Brišnik

VIRI



(5. 12. 2023)



(5. 12. 2023)



(5. 12. 2023)



(5. 12. 2023)



(5. 12. 2023)



PRILOGA 7

1. SKUPINA

Navodila

SAMO 1 ODGOVOR NA VSAKO VPRAŠANJE. Odgovori naj bodo čim bolj nekonvencionalni in smešni, saj bo končni rezultat toliko zanimivejši. Besede se naj ne ponavljajo. Odgovore v tej datoteki tudi shranite, saj nama boste to datoteko poslale nazaj.

1. Hecna beseda: **Lolek**
2. Ime, ki bi ga dala svoji mački: **Gin**
3. Vrsta oreščkov: **brazilski oreščki**
4. Negativni pridevnik: **škodljiv**
5. Kaj bi zakričala, če bi videla pošast pod svojo posteljo? **Ojla!**
6. Ena črka iz abecede: **ž**
7. Kaj najbolj sovražiš delati? **domače naloge**
8. Žival v množini? **surikate**
9. Stara slovenska televizijska oddaja: **TV dober dan**
10. Del telesa: **mezinec na nogi**
11. Katerikoli glagol: **brundati**
12. Čas (lahko v sekundah/mesecih/letih): **1 mikrosekunda**
13. Katerikoli poklic: **jamar**
14. Ime znane osebe: **Damjan Murko**
15. Ime znanega športnika: **Zlatko Ibrahimović**



1. SCENARIJ - VRTEC (Tana, Enja, Maša Š. in Nika)

TANA - ravnateljica: "Veseli me, da ste se lahko udeležiti sestanka, gospod in gospa **LOLEK**. Danes se nam je pridružila še učiteljica vašega sina. Prosim, usedite se."

NIKA - oče: "Lepo vas je spet videti, gospodična **GIN**."

ENJA - učiteljica: "Torej, želela sem se pogovoriti z vami glede vašega sina, **BRAZILSKEGA OREŠČKA**. Že nekaj let sem učiteljica in nikoli še nisem videla tako **ŠKODLJIVEGA** otroka!"

NIKA - oče: "OJLA!"

TANA - ravnateljica: "Presenečena sem tako kot vi, gospod. Vaš sin je dobil **Ž** pri matematiki in dvojko pri **DOMAČI NALOGI**. In povrh je prinesel še **SURIKATE** v učilnico."

MAŠA - mama: "Priznam, da sva mu z možem res pustila, da bedi dalj časa in gleda **TV DOBER DAN**. Kako pa gre **BRAZILSKEMU OREŠČKU** pri sodelovanju pri pouku?"

ENJA - učiteljica: "No, saj veste, vedno se oglašja, kljub temu, da mu rečem: 'Če želiš kaj povedati v razredu, prosim, da dvigneš **MEZINEC NA NOGI**!' In danes, ko smo imeli družboslovje, sem ga zalotila zadaj v razredu, da **BRUNDA**."

NIKA - oče: "OJLA! Ali predlagate kaj, kar bi lahko moj sin izboljšal?"

TANA - ravnateljica: "Ja, seveda ... Zato pa sem vas poklicala. Želim, da z njim berete vsaj **1 MIKROSEKUNDO** vsako noč."

MAŠA - mama: "Ko ste že omenili to, ravno včeraj sem mu kupila knjigi Harry Potter in Kako postati **JAMAR**."

ENJA - učiteljica: "To sta res popularni knjigi v naši osnovni šoli **DAMJANA MURKA**. Predlagam pa vam tudi, da se z njim usedete in zagotovite, da bo naredil domačo nalogo. Kajti, prejšnjič je rekel, da jo je **ZLATKO IBRAHIMOVIĆ** pojedel. No, ampak v razredu se vsi lepo družijo z njim ..."

2. SKUPINA

Navodila

SAMO 1 ODGOVOR NA VSAKO VPRAŠANJE. Odgovori naj bodo čim bolj nekonvencionalni in smešni, saj bo končni rezultat toliko zanimivejši. Besede se naj ne ponavljajo. Odgovore v tej datoteki tudi shranite, saj nama boste to datoteko poslale nazaj.

1. Hecna beseda: **kapibara**
2. Katerakoli riba: **napihovaalka**
3. Katerikoli risani film: **Purana na begu**
4. Pridevnik: **raztegljiv**
5. Kaj bi zakričala, če bi videla duha? **AAAAAAAAAHHH**
6. Katerakoli številka: **22**
7. Samostalnik: **samorog**
8. Del telesa: **palec**
9. Tvoja najljubša učiteljica iz osnovne šole? **učiteljica glasbe**
10. Kletvica, ki bi jo lahko rekla pred svojim otrokom? **pismo**
11. Čas (lahko v sekundah/mesecih/letih): **532 let**
12. Glagol: **zvoniti**
13. Katerikoli poklic: **asistent asistenta na gradbišču**
14. Eden od sorodnikov: **sestrična v šestem kolenu**
15. Moško ime: **Zvonimir**



2. SCENARIJ - BOLNIŠNICA (Hana, Elena, Gaja in Larisa)

LARISA - Zdravnica A: "Oo, če ni to najin najljubši pacient, gospod **KAPIBARA**."

HANA - Pacient: "Hvala, da ste me lahko sprejeli v najkrajšem možnem času, dr. **NAPIHOVALKA** in dr. **PURANA NA BEGU**. Torej, kakšna je novica?"

ELENA - Zdravnica B: "No, ravno sva pregledali vaš test in na žalost so vaši rezultati **RAZTEGLJIVI**."

HANA – Pacient: "AAAAAAHHHH!"

ELENA - Zdravnica B: "Popolnoma razumem vašo reakcijo. Vaš zgornji krvni tlak meri 22 skozi 22 in rentgensko slikanje je našlo **SAMOROGA** v **PALCU**. Prav tako se je pokazalo, da imate redko bolezen, poimenovano kot **UČITELJICA GLASBE**."

GAJA – žena pacienta: " **PISMO!** Jo je mogoče kakorkoli ozdraviti?"

LARISA - Zdravnica A: "Napisala vam bom recept za določena zdravila. Želim, da jih vzamete vsak dan **532 LET**."

GAJA – žena pacienta: "Vendar sem slišala, da tablete povzročijo **ZVO-NJENJE** v trebuhu! Kako bo **KAPIBARA** to prenašal in kako jaz, ko ga bom poslušala jamrati."

LARISA - Zdravnica A: "Predlagala bi, da vsako jutro zgodaj vstanete in malce potelovadite, kar bo olajšalo bolečine."

HANA - Pacient: "Res dober nasvet, še posebej zame kot **ASISTENTA ASISTENTA NA GRADBIŠČU**."

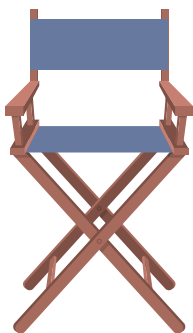
Hvala gospe zdravnici, zdaj bova z ženo lahko mirneje odšla domov k **SE-STRICNI V ŠESTEM KOLENU** z imenom **ZVONOMIR**."

3. SKUPINA

Navodila

SAMO 1 ODGOVOR NA VSAKO VPRAŠANJE. Odgovori naj bodo čim bolj nekonvencionalni in smešni, saj bo končni rezultat toliko zanimivejši. Besede se naj ne ponavljajo. Odgovore v tej datoteki tudi shranite, saj nama boste to datoteko poslale nazaj.

1. Hecna beseda: **štrumpantl**
2. Hrana, ki bi jo uporabila na žaru: **kura**
3. Spomni se enega risanega junaka: **Nodi**
4. Katerikoli poklic: **štromar**
5. Katerokoli oblačilo v množini: **štunfi**
6. Katerokoli število: **17**
7. Katerikoli mesec: **december**
8. Vrsta solate: **ledenka**
9. Kako bi pozdravila svojega psa po dolgem dnevu od doma? **Ki si, lubica moja.**
10. Ime znane osebe: **Challe Salle**
11. Kaj bi/si zakričala, če/ko bi bila vpisana na faks, na katerega si si neizmerno želela? **Bogu hvala**
12. Samostalnik v množini: **drevesa**
13. Glagol (v preteklosti): **delal**
14. Katerokoli oblačilo v množini: **štunfi**
15. Samostalnik: **kozarec**
16. Katere pico bi naročila v piceriji? **Tunino**



3. SCENARIJ - komentatorji na nogometni tekmi

A in B sta komentatorja, C in D pa gosta. (Nia, Maša A., Eva in Kaja)

NIA - A: "Dobrodošli nazaj na nogometni tekmi! Z vami sem komentator Jure ŠTRUMPANTL, ob meni pa je tudi napovedovalec Tomaž KURA."

KAJA - B: "Spremljate nas v živo na ta lep večer na našem velikanskem NODIJEVEM stadionu."

NIA - A: "Kmalu bomo lahko videli, kdo bo napredoval v naslednjo tekmo za ligo prvakov, in sicer, ali španski ŠTROMAR ali nemški ŠTUNFI. Rezultat je trenutno izenačen, 17 proti 17."

KAJA - B: "Z nami pa sta posebna gosta, že upokojena profesionalna nogometaša DECEMBER in LEDENKA. Dobrodošla!"

MAŠA - C: "KI SI, LUBICA MOJA, super je biti danes z vami. Že dolgo nisem bil na tekmi, kjer bi gledalci navijali tako na glas."

EVA - D: "Živjo, hvala, da ste me povabili v studio! Do sedaj je bila res dobra igra. Veliko odličnih potez igralcev, najbolj ŠTROMARJA."

KAJA - B: "Res je super tekma, še predvsem, ko je CHALLE SALLE zadel gol."

MAŠA - C: "HVALA BOGU! Nisem mogel verjeti!"

NIA - A: "Torej, LEDENKA, postavil si rekord v delanju DREVES. Si imel pred igro kakšen običaj, ki te je spravil v najboljšo rutino?"

EVA - D: "Res sem ga imel. Vedno sem pred tekmo oblekel ŠTUNFE in brcal z nogo v KOZAREC."

KAJA - B: "Odlično! No, pa smo nazaj pri igri. TUNINA PICA teče za žogo, nobeden je ne ovira innnnnn ... KI SI, LUBICA MOJA!"

4. SKUPINA

Navodila

SAMO 1 ODGOVOR NA VSAKO VPRAŠANJE. Odgovori naj bodo čim bolj nekonvencionalni in smešni, saj bo končni rezultat toliko zanimivejši. Besede naj se ne ponavljajo. Odgovore v tej datoteki tudi shranite, saj nama boste to datoteko poslale nazaj.

1. Pravljični kraj: **Sluziland**
2. Smešna beseda: **sntntn**
3. Kombinacija zlogov, za katero meniš, da je ni še nikoli nihče rekel: **kila sodafube**
4. Ime in priimek enega od profesorjev, ki te je imel: **Anže Jurček**
5. Najbolj strašna žival: **zajček**
6. Pridevnik: **klavstrofobičen**
7. Naprava, ki ti lahko reši življenje (zapiši v množini): **mikrovalovne pečice**
8. Ime restavracije: **Pri debelem možu**
9. Dogodek, ki ga praznuješ: **prva menstruacija**
10. Nekaj, kar bi skrila, če bi k tebi domov prišli gosti: **Sašini zvončki**
11. Ime slavne osebe: **Eddy Murphy**
12. Glagol: **naslanjati se**
13. Del telesa: **koleno**
14. Rojstnodnevna želja, ki si jo imela kot odrasla: **potovanje na Luno**
15. Najboljše vprašanje za začetek pogovora: **Ali verjameš v ljubezen na prvi pogled?**



4. SCENARIJ: POLET

SAŠA - 1. STEVARDESA: Dober večer, gospe in gospodje, dobrodošli na krovu Kakaduuuu Airlines, let 12 in pol z neomejenim dostopom do **SLUZILANDA**.

ZALA - 2. STEVARDESA: Jaz sem Rebeka **SNTNTN**.

KLAVDIJA - 3. STEVARDESA: Jaz sem gospa **KILASODAFUBE**.

BARBARA - 4. STEVARDESA: Jaz pa sem Mojca, ampak me lahko kličete **ANŽE JURČEK**.

ZALA - 2. STEVARDESA: Opravičujemo se za dveletno zamudo, ki jo je povzročil **ZAJČEK**, ki je jedel na pristajalni stezi.

SAŠA - 1. STEVARDESA: Preden vzletimo, vas prosimo, da pozorno poslušate ta **KLAVSTROFOBIČNA** varnostna navodila. Preverite, ali imate vse svoje naprave, kot so telefoni, tablice, računalniki in **MIKROVALOVNE PEČICE**, ugasnjene in pospravljene.

KLAVDIJA - 3. STEVARDESA: Na tem letalu je 77 izhodov. Prosim, pogledjte naokoli in preverite v gostilni **PRI DEBELEM MOŽU**.

BARBARA - 4. STEVARDESA: V primeru **PRVE MENSTRUACIJE** bodo z ležišč nad sedeži izpadli **SAŠINI ZVONČKI**.

SAŠA - 1. STEVARDESA: Gospe in gospodje, danes si bomo na poletu ogledali film Bolha in **EDDY MURPHY**, ki se uči **NASLANJATI**.

ZALA - 2. STEVARDESA: Če imate kakšno vprašanje, na primer: "Kako zamenjati žarnico?" nas brez problema pokličite, tako da dvignete **KOLENO** in z njim pomahate.

KLAVDIJA - 3. STEVARDESA: V tem prazničnem obdobju vam želimo, da postanete balerine in **POLETITE NA LUNO**.

BARBARA - 4. STEVARDESA: Zahvaljujemo se vam, da letite z Kakaduuuu Airlines. V imenu pilota Valentina Rossija in vseh nas vas sprašujemo: **ALI VERJAMETE V LJUBEZEN NA PRVI POGLED?**

5. SKUPINA

Navodila

SAMO 1 ODGOVOR NA VSAKO VPRAŠANJE. Odgovori naj bodo čim bolj nekonvencionalni in smešni, saj bo končni rezultat toliko zanimivejši. Besede naj se ne ponavljajo. Odgovore v tej datoteki tudi shranite, saj nama boste to datoteko poslale nazaj.

1. Ime luškanega kužka: **Kleopatra**
2. Pridevnik: **smrdljiv**
3. Nekaj, kar kupiš na Bolhi/eBayu: **toaster za vafle**
4. Kaj bi zakričala, če bi videla, da ti pajek leze po nogi: **fak**
5. Eden od moških sorodnikov/vrsta sorodnika (primer za pomoč: dedek):
očim
6. Številka: **10850**
7. Predmet (zapiši v možini): **šilčki**
8. Kletvica, ki bi jo uporabil prvošolček: **tristo kosmatih medvedov**
9. Izmišljen/pravljični lik: **velikan**
10. Predmet, ki ga najdeš v kuhinji: **odpirač za buteljke**
11. Ime in priimek slavne osebe: **Justin Bieber**
12. Pridevnik: **kosmat**
13. Glagol: **kotaliti se**
14. Najljubši verz iz pesmi: **za praznike spet bom doma**



5. SCENARIJ: VLAK (beri zelo dramatično)

MATEJA - DIREKTOR: Dober večer, agenti.

SARA - 1. AGENTKA: Posebna direktorica **KLEOPATRA**, lepo vas je spet videti.

MATEJA - DIREKTOR: Tu sem z vašo naslednjo misijo. Kriminalna organizacija, s svetovno znanimi **SMRDLJIVIMI** potapljači, ki iščejo golf žogice, je vdrla v parlament in ukradla njihovo strogo zaupno poročilo o **TOASTERJIH ZA VAFLJE**.

ANJA S. - 3. AGENTKA: FAK!

MATEJA - DIREKTOR: Razumem vaš odziv. Ta skupina je poleg tega tudi ugrabila vašega **OČIMA** Leopolda in ga zadržuje kot talca, dokler mu ne plačamo **10850 ŠILČKOV**.

SARA - 1. AGENTKA: **TRISTO KOSMATIH MEDVEDOV**, kje bomo našli **10850 ŠILČKOV**?

MATEJA - DIREKTOR: Ne vem, ampak moramo hitro ukrepati.

TEJA - 2. AGENTKA: Imam načrt. Jaz se bom dobila s to skupino preoblečena v **VELIKANA**.

MATEJA - DIREKTOR: Za enkrat se strinjam z vami.

TEJA - 2. AGENTKA: Če me bodo napadli, bom napadla nazaj z **ODPIRAČEM ZA BUTELJKE**.

MATEJA - DIREKTOR: Odlično. Za vas imam CD, ki vsebuje občutljive informacije, ki vam lahko pomagajo.

SARA - 1. AGENTKA: Kaj je na njem?

MATEJA - DIREKTOR: 5 slik **JUSTINA BIEBERJA**, ki pleše.

ANJA S. - 3. AGENTKA: FAK! Jaz sem že stopila v stik s svojo skupino **KOSMATIH** kengurujev.

MATEJA - DIREKTOR: Vi ste najboljša agentka, kar jih imamo. Kako se pripravite za tako napeto misijo?

ANJA S. - 3. AGENTKA: Tako, da se vsako jutro, ko se zbudim, odpravim na streho moje hiše, **SE KOTALIM** in si ponavljam svojo mantro: "**ZA PRAZNIKE SPET BOM DOMA**."

UGANI, KDO JE NA OTROŠKI FOTOGRAFIJI

CILJA

Medsebojno sodelovanje in spoznavanje članov skupine.

NAMEN

Da se med seboj bolje spoznamo, saj smo na modulskem predmetu združene študentke vseh štirih skupin. Vaja bo pozitivno vplivala na ozračje in skupinsko dinamiko. Poleg tega sva želeli vajo zasnovati na igriv način, da kolegicam nekoliko polepšava situacijo zaradi covida-19.

ČAS TRAJANJA

20–30 minut.

VELIKOST SKUPINE

22 oseb, razdeljenih v 2 skupini po 11 oseb.

PRIPOMOČKI

Vsaka študentka predhodno pošlje svojo otroško fotografijo in pesem iz svojega otroštva; računalnik, internetna povezava (izvedba prek zooma).

OPIS

“Ugani, kdo” je igra za dva igralca. Z različnimi vprašanji, na katera je treba odgovoriti z DA ali NE, poskušamo najti skrito osebo. Vsak izmed igralcev si izbere eno osebo s 22 fotografij, oba igralca pa dobita nabor enakih 22 fotografij. Nasprotnik sprašuje vprašanja o značilnostih osebe, vendar so vprašanja lahko formulirana le tako, da je odgovor DA ali NE. Na primer: »Ali ima tvoja oseba rjave lase?« Vsak igralec lahko le enkrat ugane, katero osebo skriva nasprotnik. Če ugane, zmaga, če pa mu ne uspe uganiti, izgubi.

RAZLIČICA

Opisana vaja je različica igre "Ugani, kdo". Vajo sva spremenili tako, da sva uvedli otroške fotografije in pesmice iz otroštva študentk. V nadaljevanju so predstavljena navodila najine igre. Igra "ugani, kdo" poteka v 2 skupinah s po 11 študentkami, od tega je 1 študentka vodja igre. Vodja igre študentkam pokaže fotografijo, medtem pa predvaja najljubšo pesem osebe na fotografiji, ki bo preostalim v pomoč pri ugibanju. Članice skupine imajo na voljo 1 minuto za medsebojni posvet, kdo bi lahko bil na fotografiji. Izbirajo lahko med članicami svoje skupine. Oseba na fotografiji ima nalogo, da to poskuša prikriti z aktivnim sodelovanjem pri izbiri, saj bi v nasprotnem primeru nesodelovanje pri posvetu pomagalo pri odločitvi. Skupina soglasno sporoči

vodji igre, kdo naj bi bil na fotografiji. Potem vodja potrdi pravilen odgovor. V primeru nepravilnega odgovora pa tega ne poda, saj bodo sodelujoče ob koncu vaje ponovno poskusile ugotoviti, kdo je na fotografiji. Oseba na fotografiji preostalim zaupa zanimive informacije, povezane s fotografijo in pesmico iz njenega otroštva (npr. starost na fotografiji, kje je bila fotografija posneta, zakaj je prav ta pesem najljubša). Igra se sklene z evalvacijo v veliki skupini.

KOMENTAR

S pomočjo vaje so se člani povezali, zaupali osebne izkušnje in s pomočjo igre krepili medsebojno sodelovanje. Sošolke so že med samo igro pokazale, da so se zabavale – vmes so plesale, pele in se smejale. Že med izvedbo sva dobili komentarje, kot so: "Vau, kako zabavno, super se imam!" Sodelujoče so pri fotografijah kolegic tudi komentirale, kako luštkane so bile kot otroci. Članice so povedale, da so jih pesmi vrnile v otroštvo, saj so bile predvajane pesmi večinoma otroške klasike. Tako so pesmi ponazorile skupinsko izkušnjo, ki so jo doživele vse članice. V končni evalvaciji so kolegice povedale, da so se med vajo zabavale in z njo tudi bolje spoznale. S tem sva dosegli glavni cilj vaje, in sicer, da so se sošolke povezale, bolje spoznale in nasmejale.

EVALVACIJA

Različico z otroškimi fotografijami in pesmicami sva izvedli, saj sva želeli, da se članice spoznajo na malce drugačen način. Otroške fotografije in še posebej pesmice so jih vrnile v otroštvo in povzročile nostalgijo. S komentarji na fotografijo sva želeli, da se članice še bolje spoznajo in da o fotografiji izvemo še kakšno zanimivo dejstvo. Odločili sva se za manjše skupine, ker je delo v njih lažje, pa tudi udeleženke so tako lažje aktivno sodelovale v pogovoru.

ZAPISALI: Nia Balarin in Maša Anderlič

VIR



(5. 12. 2023)

KDO JE TO NAREDIL?

CILJ

Spoznavanje članov skupine.

NAMEN

Da se študenti, ki smo letos v drugačni zasedbi kot pretekli leti, med seboj bolje spoznamo s pomočjo dejstev, ki jih drug o drugemu še ne vemo, se bolj odpremo, povežemo in sodelujemo na drugačen in bolj zabaven način.

ČAS TRAJANJA

30 minut.

VELIKOST SKUPINE

8–16 oseb.

PRIPOMOČKI

Listi A4, pisala.

OPIS

Igra omogoča zabaven in zanimiv način spoznavanja članov skupine na podlagi dejstev o njih oziroma zanimivih dogodkov iz njihovega življenja. Je preprosta igra, zelo preprosta za izvedbo. Lahko jo izvajamo individualno ali v dveh skupinah, ki ju sestavlja enako število oseb. Vodja razdeli članom skupine pisala in liste ter jih prosi, naj nanje zapišejo eno zanimivo stvar, ki so jo v življenju naredili oziroma se jim je zgodila. Na primer:

- Skočil sem s padalom.
- Bil sem aretiran.
- Na dušek sem spila liter mleka.
- Živel sem v sedmih različnih državah.
- Jedel sem žuželke.

Najbolje je, da vodja člane spodbudi, naj napišejo dejstva, ki jih še nihče ne pozna in so najbolj smešna oziroma neverjetna. Ko člani zapišejo dejstvo, vodja zbere vse liste (jih razdeli na dva dela, če igrata dve skupini). Liste premeša in jih razdeli med igralce. Vsaka oseba (oziroma ekipa) prebere dejstvo na listu in poskuša ugotoviti, za koga velja to dejstvo. Oseba, ki je poklicana, domnevo potrdi oziroma ovrže. Če jo potrdi, dogodek lahko na kratko opiše (če želi). Ugotavljanje se nadaljuje, dokler ne zmanjka vseh listov. Na koncu vsak ugotovi, za koga velja dejstvo, ki ga ima na listu.

RAZLIČICA

ČAS TRAJANJA

35 minut.

VELIKOST SKUPINE

22 oseb.

PRIPOMOČKI

List z dejstvi, pisalo.

OPIS

Vsaka skupina prejme dokument z dejstvi. Vodja razdeli člane v manjše skupine – 5 skupin po 4. Vsaka skupina ima na voljo 10 minut časa, da poveže dejstva in osebe – če bi zmanjkalo časa, se lahko podaljša. Vsaka skupina si izbere poročevalca, ki bo z drugimi skupinami izrazil njihove domneve. Vodja prebere dejstva po vrsti in po vsakem dejstvu poročevalec vsake skupine pove, komu so dejstvo pripisali – tako bodo še bolje vedeli, ali so tudi druge skupine razmišljale enako. Po poročanju skupin o posameznem dejstvu se oglasi član, za katerega to dejstvo velja, in če to želi, na kratko opiše dogodek. Poročevalci posameznih skupin si medtem zapisujejo, koliko dejstev so pravilno razporedili. Na koncu sledi razprava o tem, kako uspešne so bile skupine, kaj jih je najbolj presenetilo in ali so udeleženci dodatno spoznali preostale člane.

KOMENTAR

Čeprav se ni vse izšlo, kot sva načrtovali in upali, se nama je zdelo, da so članice uživale, sodeč po njihovi mimiki.

EVALVACIJA

Najin ledolomilec ni bil izpeljan, kot sva si zamislili in želeli, saj nam je vzel veliko več časa, kot je bilo v načrtu. Najprej se je zavleklo pri manjših skupinah, kjer je bilo 10 minut premalo, in smo jim dali še dodatnih 5 minut v manjših skupinah. Pri preverjanju pravilno razdeljenih dejstev in komentiranja nam je začelo primanjkovati časa, zato je Larisa predlagala, da sprememo potek poročanja, in smo to izvedli tako, da je Larisa prebrala dejstvo in povedala, za koga velja, članici pa pustila nekaj časa, da dejstvo na kratko opiše. Tu smo izpustili poročanje skupin o njihovih predvidevanjih. Zaradi vsega tega nama je tudi na koncu zmanjkalo časa za pogovor oz. razpravo in nisva dobili povratnih informacij.

ZAPISALI: Larisa Batič in Gaja Cuder Debenjak

VIR



(5. 12. 2023)



10 PODOBNOSTI

CILJA

Čustveno povezovanje in spoznavanje članov.

NAMEN

Da se študentke, ki med sabo prvič sodelujemo, med seboj bolje spoznamo in raziščemo naše skupne lastnosti, se odpremo in povežemo.

ČAS TRAJANJA

20–30 minut.

VELIKOST SKUPINE

20 oseb ali več, vaja bo potekala v parih.

PRIPOMOČKI

List A4 in pisalo.

OPIS

Skupino razdelimo v manjše skupine po 5. V manjših skupinah naj sodelujejo člani, ki se med sabo ne poznajo. Člani skupine s pogovorom poiščejo 10 skupnih lastnosti. Skupne lastnosti naj ne bodo telesne značilnosti, npr. barva las ali višina. Ta ledolomilec je kot tekmovanje med manjšimi skupinami. Skupina, ki prva najde 10 skupnih lastnosti, zmaga in igra se konča, ko vsaka skupina ugotovi 10 skupnih lastnosti ali če prej poteče čas.

RAZLIČICA

Študentke razdeliva v pare, ki se med seboj ne poznajo dobro. Najprej je njihova naloga, da najdejo vsaj 8, najbolje 10 skupnih lastnosti, ki niso telesne, ampak osebnostne. V prvem krogu imajo 10 minut za pogovor. Po prvem krogu se vrnemo v veliko skupino in članice poročajo skupne lastnosti. Potem vodji podata nova navodila za drugi krog. V njem morajo isti pari najti značilnosti po petih kategorijah: 1. skupna aktivnost, dejavnost, šport, s katerim se obe radi ukvarjata v prostem času, 2. skupna pesem, ki jo obe radi poslušata, 3. skupni razlog, zakaj ju veseli socialno delo, 4. skupna lastnost, ki jo želita ali iščeta pri prijateljih, 5. nekaj skupnega, kar jima polepša dan. Pri vsaki kategoriji lahko najdeta eno ali več lastnosti, za to ima par približno 10 minut. Po drugem krogu se vrnejo nazaj v veliko skupino in poročajo o svojih ugotovitvah. Na koncu še naredimo kratko evalvacijo, ugotovimo, kako se jim je zdel ledolomilec in kateri krog jim je bil ljubši.

KOMENTAR

Sošolke so že med samim ledolomilcem omenile, da so vesele, da sodelujejo s sošolko, s katero prej še niso vzpostavile stika. Bile so presenečene, da so se med sabo tako povezale, in nad tem, koliko podobnosti so našle.

EVALVACIJA

Po obeh krogih sva sošolkam predlagali evalvacijo ledolomilca. Vprašali sva jih, kako se jim je zdel in kateri krog jim je bil ljubši. Ledolomilec jim je bil všeč. Zdelo se jim je, da so se med sabo še bolje spoznale in povezale. Med samim izvajanjem so bile sproščene. Opazili sva, da so se tudi pri poročanju velikokrat navezovala druga na drugo in se dopolnjevale. Hkrati so poročale, da se je njihov pogovor med samo vajo zelo razvijal. Enim je bil všeč bolj prosti govor, ker so lahko same raziskovale podobnosti. Povedale so, da so pri tem raziskovale stvari, ki se zdijo pomembne njim, in ne tistega, kar sva predlagali midve. En par je povedal, da sta težje iskali podobnosti po kategorijah, saj si prav pri teh nista bili tako podobni. Druge so pa povedale, da jim je bil lažji drugi krog, kjer so že imele navodila. Lažje so se osredotočale na okvir, ki sva jim ga določili, zato je bil pogovor produktivnejši.

ZAPISALI: Sara Vogrin in Teja Terbovšek

VIR



(5. 12. 2023)



PRIDEVNICI OD A DO Ž

CILJA

Medsebojno sodelovanje in povezovanje.

NAMEN

Da se člani preizkusijo v medsebojnem sodelovanju na podlagi teambuildinga in skupaj zbirajo ideje, da lahko uspešno dokončajo igro. Namen igre je tudi spoznati in razumeti, kako pozitivne besede vplivajo na naše počutje in občutek o lastni vrednosti.

ČAS TRAJANJA

10–15 minut.

VELIKOST SKUPINE

Neomejeno število oseb.

PRIPOMOČKI

Bela tabla/listi A4 in pisala.

OPIS

Najprej zapišimo abecedo, in sicer tako, da so črke čim večje in je za vsako črko nekaj prostora. Sodelujoči se spomnijo pozitivne besede na določeno črko, s katero bi opisali drug drugega. To naj bi bile besede, ob katerih se bodo člani ali samo določen posameznik počutil dobro. Primeri teh besed so: fantastičen, pameten, izjemen.

Dejavnost lahko izvedemo na različne načine. Pri tem lahko upoštevamo starost, znanje skupine in podobno. Najpreprostejši način je, da celotna skupina predlaga besede posredniku, ta pa jih zapiše na velik kos papirja ali tablo. Ni nujno, da so v tem primeru besede po abecednem redu. Drug način je, da vsaka manjša skupina vzame odsek abecede in izbere pozitivne besede ali pridevnike na vsako črko, ki jim je določena. V tem primeru je dobro, da »zahtevnejše« črke razdelimo med skupine, saj tako nobena skupina ne ostane s tistimi, na katere je najtežje najti pozitivne pridevnike.

Priporočljivo je, da v skupini v krogu drug drugega z izbranimi pridevniki opišemo; na primer: "David, ti si briljanten." Ni nujno, da ostajamo le pri pozitivnih pridevniki. Lahko uporabimo tudi besede, ki nekoga osrečujejo, ali besede, zaradi katerih se posameznik počuti bolje. Prav tako lahko igro

posamezni izvaja brez drugih oziroma sam. Pri tem se lahko spomni pozitivnih lastnosti, ki bi jih rad slišal o sebi.

RAZLIČICA : PRIDEVNIKI OD A DO Ž

CILJA

Medsebojno sodelovanje in povezovanje.

NAMEN

Člani medsebojno sodelujejo in se združijo v skupine z namenom, da bi preizkusili svoje znanje in nato skupaj raziskovali in iskali pozitivne ideje ali besede.

ČAS TRAJANJA

25–30 minut.

VELIKOST SKUPINE

20 oseb.

PRIPOMOČKI

List A4 in pisala.

OPIS

Vodji povabita članice v krog. Vsaka članica opiše svoje trenutno počutje z eno besedo ali pridevnikom, ki se začne na prvo črko njenega imena ali priimka. Za razmislek imajo članice približno minuto časa. Potem začne vodja uvodni krog in povabi drugo vodjo, da nadaljuje. Ta potem izbere članico, ki mora naslednja opisati svoje počutje. Vsaka od članic izbere naslednjo, ki bo govorila.

Ko se uvodni krog glede počutja in občutkov konča, vodji predstavita prvi del ledolomilca. To je kviz. Po razlagi namena kviza ena od vodij pove navodila. Članice so že takrat razdeljene v skupine po štiri in vedo, v kateri skupini so. Kviz ne temelji na skupinskem sodelovanju, ampak vsaka izmed članic poskuša ugotoviti odgovor na vprašanje. Vodja prebere prvo vprašanje. Članica, ki prva odgovori na vprašanje, zagotovi svoji skupini prednost. Prva je tista, ki na list papirja najprej napiše odgovor in ga pokaže na kameri skupini (ker imamo možnost uporabe pogovornega okna na zoomu, bo prva tista, ki bo odgovor prva napisala v "chat"). Če je odgovor pravilen, njena skupina dobi privilegij, da prva izbere črke, ki jih bo uporabila v glavnem delu ledolomilca. Izbere 5 črk, ki jih bo uporabila pri izbiranju pridevnikov.

Namig je, da je najbolje, da izbere tiste črke, na katere obstaja največ pridevnikov, saj bo skupina nalogo zato lažje in hitreje uspešno opravila. Skupina, ki ima že izbrane črke, izpade iz kviza. Tak postopek se nadaljuje, dokler nimajo vse skupine določenih svojih črk.

Ko je kviz končan, vodi preverita, ali vse skupine vedo, katere črke imajo na voljo. Potem se nadaljuje drugi in glavni del ledolomilca. Vodji podata navodila in razdelita skupine v ločene sobe. Članice v sobah odprejo datoteko, ki so jo prejele že pred začetkom vaje. Na listu je 5 nalog, pri katerih morajo iskati pridevnike, ki se začnejo na črke, ki so si jih izbrale oziroma ki so jim bile dodeljene. Pri vsaki nalogi morajo napisati po pet pridevnikov in ti se ne smejo začeti na enake črke. Porabiti morajo vse črke. Članice imajo za to približno 10 minut časa. Po tem času se vse vrnejo v glavno skupino, k vodjema. Sledi kratka evalvacija. Vodji povabita vsako skupino, da prebere svoje pridevnike, ki jih je zapisala, še prej pa jih povprašata o uspešnosti vaje. Potem se vodji pozanimata, ali imajo udeleženke še kakšen komentar ali mnenje o ledolomilcu in izvedbi. Če članice ne želijo ničesar posebnega sporočiti, se vaja s tem konča.

KOMENTAR

Pred koncem sva kolegice povabili, da povedo opažanja, komentirajo ledolomilec, povedo, kako je potekalo delo po skupinah, kakšna so se jim zdela vprašanja ... Povedale so, da se jim je ledolomilec zdel zelo zanimiv, enkraten, drugačen od drugih. Namen večine drugih ledolomilcev je bilo namreč spoznavanje, najin pa je bil bolj povezovalen in miseln. Všeč jim je bilo, da so bile miselno aktivne in da so se naučile nekaj novega. V skupinah so dobro sodelovale, večina je naloge opravila v predvidenem času, le ena skupina bi potrebovala nekaj minut več. Rekle so, da so se jim vprašanja zdela ravno prav zahtevna. To naju je razveselilo, saj sva sami to težko presodili. Omenile so še, da jim je bilo všeč, da je bil ledolomilec razgiban, od uvodnega kroga do kviza in nato dela po skupinah. Še posebej zanimiv jim je bil tekmovalni del, ki je še dodatno popestril celotno predstavitev.

EVALVACIJA

Ledolomilec oziroma vaja je bila izvedena tako, kot sva si jo zamislili. Bila je uspešna, čeprav so se vmes zgodile manjše težave z nalaganjem datoteke z nalogami, ki so glavni del vaje. Ena od naju je odprla uvodni krog in članice povabila, naj povedo, kako se počutijo. Po vprašanju o tem, ali potrebujejo kaj časa za premislek, so odgovorile, da ga potrebujejo, zato sva jim dali minuto časa, da se spomnijo besede, ki bi opisala njihovo trenutno počutje. Uvodni krog je bil izveden uspešno, prav tako kviz, ki je sledil. Članice so

pri kvizu aktivno sodelovale in upoštevale navodila. Z izvedbo kviza nisva imeli težav, saj sva postavili takšna vprašanja, za katera sva pričakovali, da bo vsaj ena od članic gotovo vedela odgovor nanje. Delo pri kvizu sva si razdelili tako, da je ena od naju brala vprašanja in nato povedala odgovore, druga pa je med tem ustvarjala "sobe", ki so bile potrebne v nadaljevanju ledolomilca.

Meniva, da sva si delo razdelili dobro. Hkrati sva pri vodenju poskušali druga drugo dopolnjevati, tako da je bilo vodenje med nama enakomerno razporejeno. V zadnjem delu ledolomilca sva članice razdelili v manjše skupine takoj po tem, ko sva pojasnili navodila. Medtem sva ostali sami in počakali deset minut, da se članice vrnejo. Čas je minil hitro, čeprav nisva sodelovali v sobah. Deset minut sva izbrali zato, ker se nama je zdelo, da je za takšno nalogo primerno imeti toliko časa. Vmes sva tudi o tem podvomili, saj nisva bili prepričani, ali je naloga težavna ali lahka, saj je nikdar nisva preizkusili.

Pokazalo se je, da so članice uspešno dokončale nalogo in našle vse pridevnike. Ob izvedbi ledolomilca sva se počutili dobro, saj sva imeli način vodenja predhodno dogovorjen. Meniva, da sva ledolomilec dobro prilagodili trenutnim razmeram in ga spremenili tako, da je bil še zanimivejši.

ZAPISALI: Kaja Kmetič in Eva Kojc

VIR



(5. 12. 2023)

PRILOGA 8

KVIZ ZA LEDOLOMILEC PRIDEVNIKI OD A DO Ž

1) Katero je drugo ime za mesec december?

Lahko izbirajo med: gruden, listopad, mali traven, prosinec
Gruden

2) Kateri je prvi dan koledarske zime?

21. december

3) Deli 30 z $\frac{1}{2}$ in prištej 10. Kolikšen je rezultat?

25

4) Katerega leta je Fakulteta za socialno delo postala članica Univerze v Ljubljani?

2003

PRILOGA 9

SKUPINSKE NALOGE ZA LEDOLOMILEC PRIDEVNIKI OD A DO Ž

Pri vsaki od od petih nalog zapišite po 5 pridevnikov, ki se začnejo na črke, ki so vam bile v kvizu določene. Pri vsaki od nalog morate porabiti vseh 5 črk, ki jih imate na voljo. Oziroma v isti nalogi ne sme biti dveh pridevnikov, ki se začneta na isto črko.

1) Zapišite pridevnike, s katerimi bi opisali vaje tega predmeta.

2) Zapišite pridevnike, s katerimi bi opisali druge člane skupine.

3) Glede na to, da trenutno študija ne izvajamo na fakulteti, zapišite pridevnike, s katerimi bi opisali študij prek spleta.

4) Zapišite tudi pridevnike, ki opisujejo socialnega delavca oz. socialno delavko.

5) S katerimi pridevniki bi komentirali ta ledolomilec?



**LEDOLOMILCI, IZVEDENI
NA FAKULTETI,
V OKVIRU PREDMETA
SKUPINSKO DELO Z IZRAZNO
USTVARJALNIMI SREDSTVI
V ŠTUDIJSKEM LETU 2021/22**

SOL IN POPER

CILJI

Spodbujanje komunikacije, kreativnosti in timskega dela.

NAMEN

Da se študenti, ki se morda še ne poznajo tako dobro, povežejo s pomočjo zabavne igre, se bolje spoznajo in pokažejo ustvarjalnost.

ČAS TRAJANJA

30–40 minut (uvod, igra, evalvacija).

VELIKOST SKUPINE

Neomenjeno – delo v paru.

PRIPOMOČKI

Samolepilni listki, pisala.

OPIS

1. Najprej vsakemu damo listek. Nato razdelimo člane skupine v pare.
2. Naloga vsakega para je, da na listka, ki ju imata, zapišeta en par, recimo sol in poper, jin in jang, senca in svetloba, maslo in kruh, moški in ženska. Za to nalogo imajo na voljo do 5 minut.
3. Vodja ledolomilca pobere listke, jih premeša in naključno nalepi na hrbet vsakega posameznika.
4. Potem je naloga članov, da v času 15 minut ugotovijo, katero besedo imajo napisano na hrbtu, to pa lahko ugotovijo le s postavljanjem vprašanj, na katera je mogoče odgovoriti z DA ali NE.
5. Po približno 15 minutah naj bi vsak ugotovil besedo, ki jo ima napisano na hrbtu. Tako bodo lahko našli svoj par nekje v prostoru. Za to imajo na voljo nekaj minut.
6. Ko se vsi pari med seboj najdejo, se posedejo in si zaupajo 3 zanimiva dejstva o sebi.

RAZLIČICA

Ledolomilec lahko prilagodimo pri ugotavljanju besede, ki jo imajo napisano na hrbtu, in sicer, če je ne ugotovijo v določenem času, jim jo lahko pove sosed, nato pa gredo iskat svoj par.

KOMENTAR

Člani skupine so povedali, da jim je bila vaja všeč in da so se zelo zabavali.

EVALVACIJA

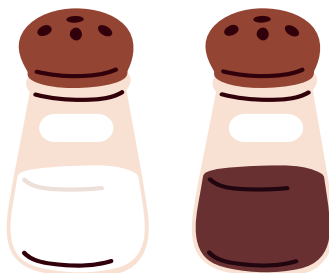
Zdi se mi, da nam je šlo dobro že samo vodenje delavnice, dosegle pa smo tudi namen delavnice, namreč, da se študenti med seboj povežejo s pomočjo zabavne igre, se bolje spoznajo in pokažejo ustvarjalnost. K sreči smo pripravile rezervne pare za primer, če bi se kakšna beseda na listku ponovila, saj se je prav to potem tudi zgodilo. Pri evalvaciji so člani skupine veliko sodelovali in povedali predvsem, da jih je vaja zelo zabavala, da so se nasmejali, da so se med sabo še bolje spoznali, da se jim je zdel zelo zanimiv del, v katerem so morali povedati dejstva o sebi.

ZAPISALE: Anja Umek, Lara Ratej in Zala Ana Nagode

VIR



(5. 12. 2023)



SPOZNAVNI BINGO

CILJ

Medsebojno spoznavanje članov.

NAMEN

Da se člani skupine med seboj še bolje spoznajo, povežejo in si povedo zanimive, zabavne anekdote in dejstva o sebi.

ČAS TRAJANJA

Do 30 minut.

VELIKOST SKUPINE

20–25 oseb.

PRIPOMOČKI

List za bingo (v prilogi) in pisalo.

OPIS

Vsi člani skupine z listi za bingo hodijo po prostoru. Nato član pristopi do osebe in z vprašanji poizveduje, ali ustreza kateremu izmed kvadratkov, kjer so napisana različna dejstva ("Imam neobičajno domačo žival." "Nikoli še nisem bil na letalu."). Ko mu oseba pritrdi na vprašanje, torej ustreza kvadratu, na njegov list v ta kvadratek napiše svoje ime. Vsaka oseba se lahko na isti list podpiše le enkrat. Po prostoru člani hodijo in zbirajo podpise toliko časa, dokler prvi ne zbere vseh kombinacij na listu (zbrane podpise navpično, poševno ali vodoravno). Zmagovalec prebere vsa imena, ki jih je zbral, in nato vsi, ki so se podpisali, povedo anekdoto o tem (npr. Majin podpis na kvadratu "Vsaj enkrat sem si zlomil/a kost" – Maja skupini pove, kdaj se je to zgodilo, zakaj, kako).

RAZLIČICA

Ker nismo mogle predvideti, koliko ljudi bo na vajah, koliko časa bo trajalo, smo morale ledolomilec tudi malo prilagoditi, saj jih je veliko manjkalo. Zato smo članom dopustile, da bingo nadaljujejo, dokler vsaj trije ne dobijo vseh treh kombinacij.

KOMENTAR

Vaja nam je bila vsem zelo všeč, ker smo pri njej izvedeli tudi stvari, ki jih prej nismo poznali, čeprav si člana morda že prej dobro poznal.

EVALVACIJA

V končni evalvaciji, ki smo jo izvedle po koncu ledolomilca, smo vsakega člana skupine prosile za povratne informacije glede same delavnice. Presemetili so nas z neverjetno pozitivnimi komentarji. Vsi člani skupine so bili z ledolomilcem zelo zadovoljni, vsi so rekli, da so se med izvedbo res iskreno nasmejali in zabavali, tudi veliko bolje spoznali, ena od sošolk je celo omenila, da je bil to njen najljubši ledolomilec do sedaj. Poudarili so tudi, da jim je bilo všeč, ko smo na koncu spraševale o anekdotah posameznikov, saj smo tako poskrbele za skupinsko razpravo, sproščeno ozračje in dobro skupinsko dinamiko.

Sodeč po povratnih informacijah je bil ledolomilec zelo uspešen. Izšlo se je tako, kot smo si zamislile, ali pa še bolje, saj so se člani res zabavali. Marsikomu je uspelo pridobiti vse tri kombinacije na listu za bingo.

ZAPISALI: Špela Strnad, Nastja Troha in Monika Završnik

VIR



(5. 12. 2023)



PRILOGA 10

SPOZNAVNI

bingo

Večino stvari
delam zadnji
hip.

Raje grem na
počitnice v
terme kot na
morje.

Bojim se
zaprtih
prostorov.

Imam vsaj 2
sorojenca.

Moja najljubša
enomestna
številka.

Znam igrati na
inštrument.

Imam
neobičajno
domačno žival.

Danes nisem
zajtrkoval/a.

Rad/a tečem.

Živim v hiši.

Rad/a imam
matematiko.

Trenutno ne
delam prek
študentskega
servisa.

V družbi
prevzamem vlogo
zabavljača.

Raje imam pse
kot mačke.

Raje imam
sladke stvari
(čokolada) kot
slane (čips).

Živim v mestu.

V posodo dam
najprej mleko,
nato kosmiče.

Še nikoli nisem
bil/a na
letalu.

Govorim vsaj 3
tuje jezike.

Sem jutranja
oseba.

SPOZNAVNI

bingo

Bil/a sem na koncertu One Direction.

Vsaj enkrat sem si zlomil/a kosti.

Rad/a imam matematiko.

V posodo dam najprej mleko, nato kosmiče.

Imam vsaj 2 sorojenca.

Raje imam mačke kot pse.

Meni najljubši letni čas je zima.

V družbi prevzamem vlogo zabavljača.

Rad/a berem.

Trenutno ne delam prek študentskega servisa.

Ne pijem alkohola.

Živim v mestu.

FDS je bila moja prva izbira pri vpisu.

Ne maram plavati.

Še nikoli nisem bil/a na letalu.

Rojen/a sem isti mesec kot ti.

Imam neobičajno domačo žival.

Imel/a sem že vsaj eno prometno nesrečo.

Sem introvertiran/a.

Znam igrati na inštrument.

»MALO ČIČAJ, MALO ŠETAJ!«

CILJI

Začetno spoznavanje članov, spodbujanje timskega dela in skupinske dinamika.

NAMEN

Da se študenti, ki smo na modulu Psihosocialna pomoč in podpora, spoznajo in se še bolj povežemo med seboj.

ČAS TRAJANJA

15–30 minut.

VELIKOST SKUPINE

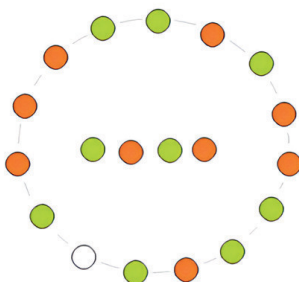
12+ oseb (smiselno je, da je čim več ljudi v krogu).

PRIPOMOČKI

Listki, pisala, košara za listke, stoli.

OPIS

Člane skupine pred začetkom igre razdelimo v enako številčni skupini. Imeti morajo neko skupno značilnost, po kateri se bodo prepoznali (npr. spol, barva las, barva oblačila). Vsi člani se s stoli posedejo v krog, štirje pa se s stolom usedejo v sredino kroga, dva iz vsake skupine. V zunanji krog med preostale člane dodamo še en stol, na katerem ne sedi nihče. Članom nato razdelimo listke, na katere napišejo svoje ime, ga prepognejo in dajo v skupno košaro. Vodja gre s košaro naokoli, da vsak član izvleče en listek z imenom. Ime, ki ga je član izvlekel, je zdaj njegovo ime za čas igre in ga ne sme pokazati nikomur.



Cilj vsake skupine je, da na sredinskih štirih stolih sedijo le člani njihove skupine, torej samo eni ali samo drugi. To dosežejo s klicanjem imen. Na začetku vsak pozna le svoje izvlečeno ime, nova imena preostalih članov pa ugotovimo med igro s klicanjem in presedanjem.

Igra se začne s članom, ki ima na svoji desni prazen stol. Ta pokliče eno ime in oseba s tem imenom (z listka) se presede na prazen stol. Potem ime pokliče oseba, ki ima na svoji desni prazen stol. Poklicana oseba se presede in igra se nadaljuje po tem načelu. Člani ne smejo poklicati nekoga, ki je bil poklican kot zadnji ali predzadnji. Seveda se bodo tako presedale tudi osebe, ki zasedajo stole na sredini. Ob tej priložnosti ima sosed osebe, ki se je presedla, možnost, da na ta stol pokliče člana iz svoje skupine. Igra se nadaljuje, dokler na sredini ne sedijo štirje člani iste skupine.

RAZLIČICE

Vaja načelno nima posebnih različic. Od razmer je odvisno, kako razdelimo skupino na 2 podskupini. Lahko se deli po spolu, barvi oblačil ... V našem primeru smo člane razdelili glede na to, ali imajo v roki pisalo ali ne. Od vsake vaje je odvisno tudi trajanje igre – tega ne moremo predvideti, saj ne vemo, katera imena bodo klicali člani skupin in kdaj bomo dosegli cilj vaje, torej štiri člane iste skupine na sredini. Vajo smo zato ponovili trikrat. Enkrat smo premešali imena članov in enkrat skupine.

KOMENTAR

Odzivi članov so bili zelo pozitivni. Kolegi so povedali, da se jim je vaja zdela zelo zabavna in zanimiva. Omenili so tudi uporabnost vaje, predvsem pri delu z mladimi/otroki, v prvih fazah razvoja skupine, ko se člani še spoznavajo. V evalvaciji smo izvedeli, da člani vaje niso poznali. Ena od članic je omenila, da se je bolj povezala s svojo podskupino.

EVALVACIJA

Mislim, da smo na začetku vaje dovolj jasno podali navodila, kako vaja poteka. Čeprav je bilo na začetku videti, da veliko sošolk ni razumelo navodil, so jih med samo vaju razumeli. Vajo smo izvedli 3x. Dlje kot smo vajo izvajali, bolj so se udeleženci sprostili in zabavali. Ker so bolj razumeli, kako vaja poteka, je presedanje s stola na stol postajalo hitrejše in razvila se je močnejša komunikacija, kot je bila na začetku vaje. Sama izvedba ledolomilca se nam je zdela gladka, vodje pa smo bili med seboj usklajeni in se dopolnjevali pri podajanju navodil. Dobro smo si razdelili delo in si pomagali. Sprva so bili člani bolj zadržani, potem pa so se sčasoma uigrali

in se sprostili. Dinamika je postajala živahnejša in nekoliko tekmovalna, po pričakovanjih. Sošolci so v igri uživali in se jim je zdela zabavna ter sprošujoča.

S pomočjo igre smo se lahko povezali kot skupina in se naučili imena članov, ki jih morda še nismo poznali. Menim, da bi bila vaja še zanimivejša, če bi bilo v skupini več kot 20 članov. V resnici je dolžina vaje odvisna o tega, katera imena člani kličejo.

Vaja lahko traja 10 minut, lahko pa tudi 40 – to smo zelo težko predvideli in zato smo jo izvedli z dvema ponovitvama. Morda bi se skupini bolje razlikovali, če bi člani imeli enake majice/trakce (bilo bi očitneje), a po odzivu članov jim to ni bilo problematično, saj so tudi po pisalih lahko prepoznali člane skupine.

AVTORJI: Leila Kos, Luka Uršič in Sara Mirtek



ENOSMERNA, DVOSMERNA KOMUNIKACIJA

CILJI

Risanje in povezovanje članov skupine, spodbujanje timskega dela.

NAMEN

Sodelujoči dobijo izkušnjo enosmerne in dvosmerne komunikacije. Spoznajo, kako pomemben je pogovor, v katerem sodelujeta oba. Člani skupine spoznajo, kako zelo pomembno je sprotno preverjanje in podajanje točnih informacij. V vaji se posameznik nauči, da je v pogovoru treba aktivno sodelovati in hkrati tudi aktivno poslušati. Ledolomilec se nanaša predvsem na razliko med enosmerno in dvosmerno komunikacijo – predvsem na to, kakšna je komunikacija, kadar govori le eden in drugi posluša, in kakšna je komunikacija takrat, kadar govorita oba.

ČAS TRAJANJA

Približno 30 minut.

VELIKOST SKUPINE

Najmanj 2 osebi; za izvedbo morajo biti osebe razdeljene v pare.

PRIPOMOČKI

Prazni listi A4, pisala.

OPIS

Vsak član skupine na list papirja nariše poljubno sliko. Za to ima na voljo 5 minut. Nato vsak svojo risbo prepogne in jo poda sosedu na levi. Sledi delitev v pare. Pri tem je pomembno, da nisi v paru z nekom, ki ima tvojo risbo. V parih se člani usedejo drug nasproti drugega, tako da se dotikajo s hrbti. Sprva bo v paru govoril le eden, in sicer tisti, ki bo obdržal risbo, drugi pa bo dobljeno risbo spravil na stran. Tisti, ki ima risbo, jo drugemu poskuša čim natančneje opisati, drugi pa jo na prazen list papirja poskuša upodobiti, ne da bi karkoli dodatno spraševal ali komentiral. Ko končata, pogledata, kaj je nastalo. Za prvi del vaje ima vsak par na voljo 8 minut (po potrebi vodja podaljša čas za 2 minuti). Nato sledi del vaje, v katerem govorita oba v paru. Tisti, ki je risal nazadnje, vzame risbo, ki jo je dobil prej od desnega soseda in jo opisuje. Drugi v paru riše, a zdaj lahko govori, sprašuje in komentira. Po koncu spet pogledata, kaj je nastalo, in primerjata s prejšnjo risbo. Za drugi del vaje ima vsak par na voljo 8 minut (po potrebi vodja podaljša čas za 2 minuti).

REFLEKSIJA

1. Vsak par poroča o tem, kako sta se člana počutila pri vaji in v kateri vlogi sta se počutila bolje (pri enosmerni ali dvosmerni komunikaciji).
2. Kaj bi lahko v kateri vlogi eden ali drugi izboljšal? Kaj je bilo dobro in kaj slabo?
3. Kaj je potrebno za dobro komunikacijo in zakaj je treba v komunikaciji stalno preverjati razumevanje?
4. Kakšen pomen ima vaja za socialno delo?

IZTOČNICE ZA REFLEKSIJO

1. Počutje
2. Izboljšave v paru
3. Sestavine dobre komunikacije
4. Pomen za socialno delo

KOMENTAR

Člani skupine so povedali, da so se imeli ob vaji lepo, da so uživali in se v sproščenem ozračju velikokrat nasmejali. Večinoma so bolj uživali pri vaji, kjer so bili sami v vlogi tistega, ki je risal, kot pa v vlogi osebe, ki je dajala navodila o tem, kaj naj partner nariše. Strinjali so se, da je bila vaja veliko lažja, ko sta lahko pri risanju govorila oba partnerja, saj ni bilo motenj v komunikaciji, pri vaji, pri kateri je lahko govoril le eden, pa je bilo več zmede. Povedali so, da je pri komunikaciji manjkal očesni stik, zelo so ga pogrešali, hkrati pa so opazili še druge motnje v komunikaciji, npr. hrup v prostoru (zaradi velikega števila članov), zato so partnerja še slabše slišali in razumeli. Na začetku so bili zmedeni, saj niso vedeli, ali lahko pri risanju natančno z besedo poimenujejo stvar, ki je narisana (npr. sonce), zato so marsikateri samo približno opisovali narisano stvar (npr. krog, iz katerega potekajo črte na vse strani).

EVALVACIJA

Člani skupine so bili navdušeni nad vajo.

RAZLIČICA

Vaja načelno nima posebnih različic, spremenile smo le del, v katerem naj bi članom skupine razdelile že narisane risbe, me pa smo namesto tega člane same spodbudile k temu, da v nekaj minutah narišejo risbo in jo podajo levedmu sosеду. Osnovna različica vaje na koncu nima predvidene refleksije, me pa smo jo dodale in se odločile, da bomo na tablo zapisale nekaj okvirnih točk, o katerih naj bi se člani v paru po opravljeni vaji pogovarjali.

ZAPISALI: Maša Ovnik, Patricia Šinko in Adrijana Taletović

VIR

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



IZBOLJŠANJE SAMOPODOBE

CILJ

Izboljšanje samopodobe članov.

NAMEN

Da člani na podlagi zaupanja svoje zgodbe drugim raziščejo, kaj je njihov »količek« oziroma prepričanje, ki jih omejuje, in s pomočjo vprašanj izboljšajo lastno samopodobo, si namenijo spodbudne misli v obliki afirmacij.

ČAS TRAJANJA

30–45 minut.

VELIKOST SKUPINE

Do 20 oseb (samostojno delo).

PRIPOMOČKI

Barvni papir v obliki kvadrata, listi papirja, pisala, škarje, power-point predstavitev z ilustracijami zgodbe Priklenjeni slon in vprašanja za izboljšanje samopodobe.

OPIS

V uvodu člane nagovorimo, da smo zanje pripravili delavnico o samopodobi, katere cilja sta izboljšanje samopodobe in preseganje lastnih prepričanj o nezmožnosti. Seznanimo jih, da bo vsak delal sam zase, pri čemer bo vse spoznano ostalo njihovo, zato jim ničesar ne bo treba zaupati skupini.

Delavnico začnemo z izdelovanjem škatlic iz papirja, v tehniki origami. Med člane razdelimo barven papir v obliki kvadrata. Po korakih jih vodimo do izdelave končnega izdelka (škatlice), ki jo uporabijo kot prostor za shranjevanje zapisanih afirmacij.

Člane povabimo, naj poslušajo zgodbo o priklenjenemu slonu (gl. vir) in se namestijo tako, da jim bo čim udobneje. Po slišani zgodbi članom namenimo nekaj minut za razmislek, pri tem pa jih spodbudimo, naj razmislijo, kako jih je zgodba nagovorila, kakšen pomen je imela zanje, kako so se ob poslušanju počutili, kaj se jim je najbolj vtisnilo v spomin ... Sledi pogovor o njihovih razmišljanjih po slišani zgodbi, nato pa jih povabimo, da razmislijo še o aktualnem cilju, ki ga imajo. Hkrati raziščejo tudi, kaj je njihova ovira na poti do tega cilja, kaj jih pri tem omejuje, kaj je podobno kot pri slonu v zgodbi njihov "količek".

Potem ko imajo člani v mislih določen lasten cilj in omejujočo situacijo, poskušajo odgovoriti na vprašanji, katerih avtorica je Emily Roberts. Spodbudimo jih, naj nanje odgovorijo čim temeljiteje in iskreno, saj bodo s tem pripomogli k izboljšanju lastne samopodobe. Odgovora nanje zapišejo na manjši kos papirja in tega vložijo v prej izdelano škatlico.

- Predstavljajte si, da tri mesece poskušate uresničiti osebni cilj. Kakšno je vaše življenje po tem obdobju?
- Razmislite, katere aktivnosti vas osrečujejo in se po njih počutite dobro in samozavestne v svoji koži?

Vpogled vase s pomočjo vprašanj nadaljujemo s povabilom članov k zapisu vsaj treh čim bolj pozitivnih, spodbudnih misli v obliki afirmacij. Misli naj bodo namenjene samo njim, naj vsebujejo tisto, kar bi si želeli slišati, da bi se bolje počutili v svoji koži, ali naj ubesedijo tisto, česar si še niso izrekli, pa bi si morda morali. Na platnu projiciramo nekaj primerov afirmacij, ki so jim lahko v pomoč pri oblikovanju lastnih.

Ob koncu vaje sledi evalvacija delavnice. Vsem članom postavimo vprašanja:

- Kakšni so vaši prvi vtisi po delavnici? Kako se vam je zdelo – kaj vam je bilo všeč in kaj ne?
- Kakšen pomen oz. povezavo vidite s socialnim delom?
- Se vam zdi, da je pomembno, da imamo kot socialni delavci dober odnos do sebe in dobro samopodobo?
- Primerjajte svoje občutke pred delavnico in po njej – je kaj drugače?

Članom se zahvalimo za povratne informacije, mnenje in sodelovanje v delavnici.

RAZLIČICE

Pri delu z mlajšimi otroki lahko uporabimo namesto zgodbe o priklenjenem slonu tudi kakšno drugo. Dobro delujejo na primer pravljичne meditacije Petre Šuštar (med njimi zelo primerna Čarobno drevo ali Smaragdni gozd želja). Dodamo lahko tudi še kakšno vprašanje, saj jih ima Emily Roberts na voljo še veliko več (pri delu z otroki jih raje spremenimo oz. prilagodimo ali celo opustimo, saj so lahko za mlajše zahtevna).

KOMENTAR

Ob končni evalvaciji delavnice smo dobile več pozitivnih komentarjev. Sošolke so povedale, da jim je bila delavnica zelo všeč, saj se jim zdi dobra samopodoba zelo pomembna. Poleg tega so poudarile, da jim je bila všeč kombinacija ustvarjanja in ukvarjanja s sabo. Izrazile so navdušenje nad prepletenostjo ustvarjalnih aktivnosti, pri katerih so se preizkusile v ročnih spretnostih, s časom za poglobljanje vase in v svoje samoomejevanje.

Najbolj všeč jim je bil del, v katerem se je bilo treba ukvarjati s sabo. Zdi se jim potrebno, da znamo socialne delavke poskrbeti zase, za svoje počutje in duševno zdravje. Izrazile so mnenje, da je skrb za samopodobo nekaj, za kar bi si morala prizadevati vsaka socialna delavka. Delavnico bi predlagale za izvedbo med supervizijskimi srečanji.

Dejale so tudi, da potrebujejo nekaj časa za »predelavo« vseh občutkov, da razmislijo o vsem, kar se jim je na delavnici dogajalo. Delavnica je namreč vzbudila intenzivne občutke, zato so izrazili potrebo po premisleku o tem, kako to izkušnjo osmisлити.

EVALVACIJA

Študentke so med vajo potrebovale veliko naše pomoči. Velikokrat so nas poklicale k sebi, da smo jim še dodatno razložile naslednji korak pri izdelavi škatlice. Opazila sem, da so si tudi med sabo veliko pomagale. Izdelava škatlice je izboljšala skupinsko dinamiko. Študentke so se zaradi izdelovanja škatlice začele povezovati.

ZAPISALE: Katja Kučina, Eva Mramor in Lara Rošker

VIR

Bucay, J. (2019). *Priklenjeni slon: po starih ljudskih motivih povedal Jurge Bucay*. Ljubljana: Mladinska knjiga.

Bucay, J. (2016). *Ti povem zgodbo?: zgodbe, ki so me naučile živeti*. Ljubljana: Mladinska knjiga.

Navodila za izdelavo škatlice:



(5. 12. 2023)

Vprašanja za krepitev samopodobe:



(5. 12. 2023)



SAMOSTOJEČI STOLP

CILJ

Spodbujanje skupinskega dela.

NAMEN

Da se med študenti, ki se še ne poznajo tako dobro, razvijeta skupinska dinamika in medsebojno zaupanje na podlagi ustvarjalnega sodelovanja pri gradnji stolpa.

ČAS TRAJANJA

30–40 minut (uvod, izdelovanje, evalvacija).

VELIKOST SKUPINE

Vsaj 5 skupin po 3 člani.

PRIPOMOČKI

Vrečka špagetov, vrvica, lepilni trak, penice (marshmallow) in merilni trak oziroma meter.

OPIS

1. Vsaki skupini razdelimo komplet:
 - 20 špagetov
 - 1 m vrvica
 - 1 lepilni trak
 - 1 penico
2. Skupinam povemo, naj uporabijo vsebino kompletov za izgradnjo najvišje samostoječe strukture in postavijo na vrh penico.
3. Pojasnimo, da ima vsaka skupina natanko 20 minut za dokončanje naloge.
4. Skupine lahko uporabijo čim manj virov ali vse vire in po želji razlomijo špagete, prerežejo vrvico in lepilni trak. Penica je edina stvar, ki je ni mogoče preoblikovati.
5. Zmaga ekipa z najvišjo (samostoječo) strukturo, ki ima ob izteku časa na vrhu postavljeno penico.

RAZLIČICA

Po želji lahko dodamo še druge elemente, ki jih morajo skupine uporabiti pri gradnji stolpa. Pozneje smo glede na prošnje sošolcev dodali škarje, da so si lahko pomagali pri rezanju vrvica.

KOMENTAR

Glede na refleksijo, ki smo jo izvedli takoj po samem ledolomilcu, mislimo, da je bila delavnica sošolcem všeč. Všeč jim je bilo to, da so lahko poimenovali svojo skupino. Nekateri so dejali, da jih je vaja sicer frustrirala, ker je bilo težko stolpu zagotoviti ravnotežje. Potrebnihi je bilo več poskusov in veliko razmišljanja, načrtovanja. Nekateri so rekli tudi to, da se niso najspretnije lotili sestave stolpa in da bi se zdaj, ko že približno vedo, kaj je treba storiti, naloge lotili malo drugače.

Ampak na splošno je bila vaja uspešna, kot se je videlo tudi na njihovih izdelkih. Povedali so, da so se zaradi sodelovanja pri gradnji stolpa med seboj še bolj povezali, predvsem s tistimi, s katerimi se po navadi ne družijo (saj smo jih v trojice razdelili naključno), ter da so se ob gradnji stolpov zelo zabavali. Sprva se jim je zdelo, da vaja ni težka, ko pa so poskusili, so ugotovili, da je velik izziv, saj se špageti hitro lomijo, so še dodali.

Tudi čas jih je presenetil, saj se jim je dvajset minut sprva zdelo več kot dovolj časa, bolj ko pa smo se bližali izteku časa, večji stres so doživljali in bolj so hiteli, zato je bilo več tudi napak, ki so bile za nekatere stolpe usodne, saj niso več (ob)stali. Povedali so tudi, da je dobro, da smo jim razdelili napisana navodila in so lahko vmes preverili, ali pravilno razumejo, kaj smejo in česa ne.

EVALVACIJA

Ugotovili smo, da je bilo za dokončanje vaje 20 minut dovolj.

ZAPISALI: Nuša Brumnik, Jana Cigan, Davor Čeperković in Sandra

VIR



(5. 12. 2023)



SKUPINSKE DEJAVNOSTI,
KI SO JIH ZBRALE
ŠTUDENTKE





Sara Mirtek



»KAJ ČE BI«

CILJA

Medsebojno sodelovanje in spodbujanje timskega dela.

NAMEN

Da se člani med seboj bolje spoznajo, povežejo.

ČAS TRAJANJA

20–30 minut.

VELIKOST SKUPINE

Vsaj 6 oseb.

PRIPOMOČKI

List z vprašanji.

OPIS

Vodja prosi člane, da se usedejo v krog. Na kartice napišejo poljubno število (npr. 20) vprašanj, ki se začnejo s "KAJ ČE BI", in jih postavijo (vprašanja v prilogi) na sredino kroga. Prva oseba vzame kartico, jo prebere in poda svoj odgovor, komentar ali razlago. Kartico vrne na dno kupčka, preden naslednja oseba vzame svojo.

VIR



(5. 12. 2023)

PRILOGA 11

Primeri »KAJ ČE BI« vprašanj

- Kaj če bi lahko šel kamorkoli na svetu, kam bi šel?
- Kaj če bi dobil milijon evrov, za kaj bi jih porabil?
- Kaj če bi lahko živel v kateremkoli obdobju zgodovine, kdaj bi to bilo?
- Kaj če bi lahko kaj spremenil pri sebi, kaj bi spremenil?
- Kaj če bi lahko bil nekdo drug, kdo bi bil?
- Kaj če bi lahko dobil odgovor na kakšno vprašanje, katero vprašanje bi izbral?
- Kaj če bi lahko zdaj gledal svojo najljubšo TV-oddajo, katero bi gledal?
- Kaj če bi lahko imel kateregakoli hišnega ljubljence, kaj bi imel?
- Kaj če bi čez 10 let lahko opravljal svojo sanjsko službo, kaj bi to bilo?
- Kaj če bi lahko en dan spet podoživel, kateri dan bi izbral?
- Kaj če bi lahko zdaj jedel svojo najljubšo hrano, kaj bi to bilo?
- Kaj če bi se lahko naučil katerekoli spretnosti, kaj bi to bilo?
- Kaj če bi te poslali živeti na vesoljsko postajo za tri mesece in ti dovolili s seboj vzeti samo tri osebne predmete, katere bi vzela?
- Kaj če bi lahko zdajle kupil avto, katerega bi kupil?



OKOLI SVETA

CILJA

Medsebojno sodelovanje in spodbujanje timskega dela.

NAMEN

Da se člani skupine med seboj bolje spoznajo, se naučijo bolje sodelovati in morda obnovijo svoje znanje zemljepisa (preprosti pojmi).

ČAS TRAJANJA

20–30 minut.

VELIKOST SKUPINE

Vsaj 6 oseb.

PRIPOMOČKI /

OPIS

Vodja začne igro tako, da izgovori ime katerekoli države, mesta, reke, oceana ali gore, ki jih je mogoče najti v atlasu. Član skupine poleg njega mora nato povedati drugo ime, ki se začne z zadnjo črko pravkar podane besede. Vsaka oseba ima za odgovor omejen čas (npr. tri sekunde). Nobenih besed ni mogoče ponoviti.

Na primer:

Prva oseba: Londonn, druga oseba: Niagarski slapovi, tretja oseba: Italija.

VIR



(5. 12. 2023)

POVEZOVANJE BESED

CILJA

Medsebojno sodelovanje in spodbujanje timskega dela.

NAMEN

Da se člani skupine spoznajo in povežejo med seboj. Vzpostavijo tudi komunikacijo in se po zaslugi igre učijo poslušati druge člane.

ČAS TRAJANJA

20–30 minut.

VELIKOST SKUPINE

Vsaj 6 oseb.

PRIPOMOČKI /

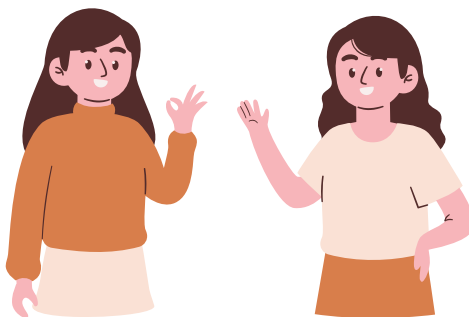
OPIS

Člani skupine se usedejo v krog. Prva oseba začne s katerokoli besedo, ki jo želi, npr. "rdeč". Naslednja oseba ponovi prvo besedo in doda drugo besedo, ki se navezuje na prvo, to je "paradižnik". Naslednja oseba ponovi prejšnjo besedo in doda še eno besedno povezavo, npr. juha, itn. Dovolite le pet sekund za vsako besedno povezavo. Povezave so lahko zelo smešne in nesmiselne, lahko pa se zgodi, da je zgodba na koncu dobra.

VIR



(5. 12. 2023)



ZGODBE O STVAREH

CILJA

Medsebojno sodelovanje in spodbujanje timskega dela.

NAMEN

Da se člani skupine povežejo in še bolj spoznajo, tudi, kaj je drugemu pomembno.

ČAS TRAJANJA

20–30 minut.

VELIKOST SKUPINE

Vsaj 6 oseb.

PRIPOMOČKI

Vrečka.

OPIS

Člani skupine zberejo več predmetov in jih položijo v platneno vrečko. Predmeti so lahko vsakdanji, kot so svinčnik, obesek za ključe, mobilni telefon, pa tudi bolj nenavadni, npr. fosil, počitniška fotografija, amulet. Vsak od članov skupine da v vrečko svoj predmet. Ko vsi prispevajo svojega, vsak vzame poljubni predmet. Z roko sežejo v vrečko (brez pogleda) in izvlečejo enega od predmetov. Vodja skupine začne zgodbo, ki vključuje predmet, ki ga je izvlekel iz vrečke. Po 20 sekundah naslednji član prevzame zgodbo in doda še 20 sekund ter vključi predmet, ki ga ima pri sebi.

VIR



(5. 12. 2023)



RAVNA VRSTA

CILJA

Medsebojno sodelovanje in spodbujanje timskega dela.

NAMEN

Da člani skupine sodelujejo in se urijo v hitrosti in učinkovitosti – skušajo se tudi med seboj dobro dogovarjati in pogovarjati.

ČAS TRAJANJA

20–30 minut.

VELIKOST SKUPINE

Ni omejeno.

PRIPOMOČKI

Pisalo (po potrebi).

OPIS

Vodja skupine prosi člane, naj se postavijo v vrsto glede na merila oz. navodila, ki jih pove. Najbolje je, če je članov vsaj 8 do 10. Če je skupina večja, vodja lahko člane razdeli na manjše skupine in povabi vsako manjšo skupino, da se postavi v vrsto. Nato skupina oblikuje novo vrsto v vrstnem redu glede na nova navodila vodje.

Primeri:

- Višina: od najmanjšega do najvišjega.
- Rojstni dnevi: od januarja do decembra.
- Velikost čevljev: od najmanjšega do največjega.
- Imena članov: po abecedi.
- Priimki: po abecedi.

VIR



(5. 12. 2023)

OBJEMI BALON

CILJA

Medsebojno sodelovanje in spodbujanje timskega dela.

NAMEN

Da se člani skupine povežejo med seboj, po parih. Vzpostavijo tudi telesni stik.

ČAS TRAJANJA

20–30 minut.

VELIKOST SKUPINE

Vsaj 6 oseb (število naj bo parno).

PRIPOMOČKI

Baloni.

OPIS

V igri se člani razdelijo po parih. Vsakemu paru da vodja tri balone. Par mora napihnniti in zavozlati vse tri. Vsak član nato da enega pod pazduho in enega med paroma, ko sta obrnjena drug proti drugemu. Člana morata tri balone hkrati počiti tako, da se objameta. Zmagovalni par je tisti par, ki v najhitrejšem času počí vse svoje balone.

VIR



(5. 12. 2023)



POMEŽIKNI IN USTRELI

CILJA

Medsebojno sodelovanje in spodbujanje timskega dela.

NAMEN

Da se člani skupine še bolj povežejo med seboj, med igro vzpostavijo očesni stik, morda razvijejo tudi detektivsko žilico in hitre reflekse.

ČAS TRAJANJA

5–15 minut.

VELIKOST SKUPINE

Vsaj 6 oseb.

PRIPOMOČKI

Poljubne karte (navadne).

OPIS

Vodja skupine povabi člane, naj se usedejo v krog. Izbere toliko kart, kolikor je članov v skupini. Nato vsak član izvleče karto, ki je druge ne smejo videti. Član, ki izbere asa, je morilec in on ubije svoje žrtve tako, da jim pomežikne. Igra se začne tiho z igralci, ki sedijo in gledajo drug drugega. Ko nekdo pogleda morilcu v oči in mu pomežikne, je ubit in lahko umre na katerikoli način. Nekateri raje umrejo tiho s cviljenjem, nekateri se odločijo za kričanje ali pa padejo s sedeža in obležijo na tleh. Cilj je, da člani skupine odkrijejo morilca (člana skupine, ki ima asa), hkrati pa poskušajo doseči, da ne pobije vseh članov.

VIR



(5. 12. 2023)



**Gaja Cuder Debenjak
in
Anja Golobič**



BARVE

CILJ

Pozitivno razpoloženje v skupini.

NAMEN

Da se člani dobro počutijo v skupini.

ČAS TRAJANJA

10 minut.

VELIKOST SKUPINE

15–30 oseb.

PRIPOMOČKI /

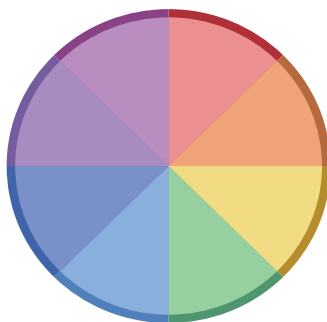
OPIS

1. Udeleženci se posedejo v krog.
2. Vodja delavnice vpraša: "Katero barvo bi uporabili za opis osebe na vaši levi?" in začne igro tako, da pove primer, kot je: "Poimenoval bi te rumena, ker si vedno tako sončen in vesel."
3. Vsak udeleženec izbere barvo, s katero bi opisal osebo na njegovi levi, in pojasni, zakaj je izbral to barvo.

VIR



(5. 12. 2023)



POVEŽI PIKE

CILJ

Nekonvencionalno razmišljanje ob iskanju rešitev.

NAMEN

- Raziskati koncept ustvarjalnosti posameznikov v skupini
- Razširiti vsakdanje polje zaznavanj.

ČAS TRAJANJA

20–30 minut.

VELIKOST SKUPINE

10–40 oseb.

PRIPOMOČKI

List papirja, pisala, kopije priloge 12 za vsakega udeleženca.

OPIS

1. Kopije priloge razdelite med udeležence ali jih prosite, naj jo prerišejo na list papirja.
2. Naročite jim, naj povežejo vseh 9 pik s samo štirimi ravnimi črtami v eni sami potezi (pisalo mora biti ves čas na površini papirja).
3. Ko bo prvi osebi uspelo, jo prosite, naj pojasni, kako ji je uspelo.

RAZLIČICA

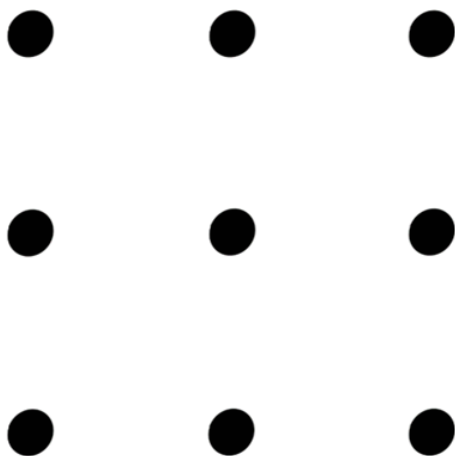
Namesto da vsak rešuje nalogo zase, lahko prilogo obesite na steno ali tablo, da jo bodo lahko videli vsi. Tako lahko vsi skupaj gledajo isto sliko in si pri reševanju dajejo predloge, kako bi rešili, in cilj dosežejo skupaj.

VIR



(5. 12. 2023)

PRILOGA 12



ALI POSLUŠAŠ?

CILJA

- Začutiti, kako zelo pomembno je poslušati sogovornika.
- Spoznati, kako zelo pomembna je telesna govorica.

NAMEN

Da udeleženci prepoznajo pomen/vlogo poslušanja v komunikaciji.

ČAS TRAJANJA

30–45 minut.

VELIKOST SKUPINE

9–33 oseb.

PRIPOMOČKI

Kartice ali večji papir, pisalo.

OPIS

1. Prosite udeležence, naj se razdelijo v skupine po tri. V skupini si razdelijo vloge poslušalca, govorca (sogovorca) in opazovalca.
2. Prosite udeležence vsake kategorije, naj ustvarijo ločene skupine, daleč proč druga od druge, da bodo prejeli navodila za svojo vlogo.
3. Vsakemu poslušalcu podajte eno navodilo, ki ga morajo upoštevati (primeri):
 - Pozorno poslušaj in postavljalj relevantna vprašanja ob primernem času.
 - Prekinjalj govorca in mu onemogoči končati stavke.
 - Pogosto menjaj temo pogovora.
 - Pogosto pohvali govorca.
 - Smej se, ko je govorec resen.
 - Pogovarjalj se z drugimi, ko govorec govori.
 - Ogleduj prostor in bodi vidno zmeden, medtem ko govorec govori.
 - Daj nasvet, za katerega nisi bil zaprošen.
 - Bodi šokiran ali užaljen zaradi tega, kar govorec govori.
 - Izogibalj se očesnemu stiku z govorcem.
4. Vsaj en poslušalec mora dobiti prvo navodilo iz tretje točke. Navodila so lahko zapisana na papirju ali karticah in ne smejo biti razkrita.
5. Govorec dobi navodilo, naj govorijo o zadevi, o kateri se počuti kompetentnega in o kateri lahko govori pet minut.

6. Opazovalci pa naj tiho opazujejo in si zapisujejo dogajanje med govorcem in poslušalcem.
7. Po petih minutah se skupina spet sestane v krogu oz. prvotni poziciji.
8. Razpravljajte o njihovih reakcijah na vajo, kaj se je zgodilo v vsaki skupini in kako so se ob tem počutili. Najprej naj poročajo govorci, na koncu pa naj poslušalci razkrijejo svojo nalogo.

POVZETEK

Točki razprave:

- Kako si občutil poslušanje poslušalca?
- Kako se počutiš, ko nekdo ne posluša, kar hočeš povedati?

Vodja naj zapiše vse odzive na večji papir ali na kartice, da lahko vsi vidijo zapisano. Na koncu naj si poslušalci in govorci sežejo v roke in pokažejo, da med njimi ni zamer, da je bila to samo igra.

VIR



(5. 12. 2023)



STOLI

CILJ

Naučiti se ravnati s konflikti – uporaba komunikacije.

NAMEN

Pokazati sodelujočim, kako lahko konflikt/spor spremenimo v sodelovanje. Poudariti kulturne razlike pri reševanju konfliktov.

ČAS TRAJANJA

10–25 minut.

VELIKOST SKUPINE

15–25 oseb.

PRIPOMOČKI

Stoli in listki z navodil za vsakega udeleženca.

OPIS

1. Na listke papirja zapišite spodaj navedena navodila. Vsak listek vsebuje samo eno navodilo.
 - Navodilo A: postavite vse stole v krog (15 minut časa)
 - Navodilo B: postavite vse stole blizu vrat (15 minut časa)
 - Navodilo C: postavite vse stole blizu okna (15 minut časa)
2. Vsakemu udeležencu dajte eno od treh navodil (1 listek). Povejte jim, da listek papirja, ki ga držijo v roki ne smejo nikomur razkriti.
3. Udeležencem sporočite, da lahko začnejo vajo, in upoštevajo navodilo, ki jim je bilo dano.

POVZETEK

Po petnajstih minutah končajte vajo in pokličite vse udeležence skupaj. Analizirajte vajo. Lahko uporabite takšna vprašanja:

Ste upoštevali navodila?, Kako ste se povezali z osebami, ki so želele storiti nekaj drugega kot vi?, Ali ste sodelovali, se kregali, želeli drugega prepričati, obupali?, Ko ste hoteli vzeti isti stol kot nekdo drug, kako ste rešili nastalo situacijo?

VIR



(5. 12. 2023)

ZAPLET – RAZPLET

CILJ

Razumevanje pomena skupinskega dela.

NAMEN

Da udeleženci prepoznajo sodelovanje in skupinsko prizadevanje kot uspešni tehniki reševanja problema.

ČAS TRAJANJA

10–15 minut.

VELIKOST SKUPINE

15–25 oseb.

PRIPOMOČKI /

OPIS

1. Povabite enega udeleženca, naj se javi za "direktorja".
2. Povabite druge udeležence, naj naredijo krog in se primejo za roke. Nato udeležence premaknite čez druge, pod njimi in vmes, da boste ustvarili človeški voz. Medtem se ne smejo izpustiti.
3. Ko bodo udeleženci ustvarili človeški voz, naročite "direktorju", naj voz razplete. Vsi morajo upoštevati navodila "direktorja". Premaknejo se lahko le, ko jim je to rečeno. Merite, koliko časa bodo potrebovali, da jim naloga uspe.
4. Ko bo skupina razpletena, povabite direktorja, naj se pridruži skupini z držanjem za roke, in naj ustvari voz še enkrat. Tokrat se morajo razplesti sami, ne da bi jim pri tem pomagal direktor. (Naj bi bilo veliko lažje.)
5. Primerjajte čas, ki je bil potreben za razplet z direktorjevimi navodili in brez njih.

POROČANJE

Vprašajte skupino, čemu mislijo, da je bila vaja namenjena. Verjetno bodo rekli, da je bila namenjena skupinskemu delu in sodelovanju. Dovolite, da se razvije pogovor o skupinskem delu.

VIR



(5. 12. 2023)

PODAJ SLIKO

CILJ

Spoznati različne metode komunikacije.

NAMEN

Da se udeleženci bolje zavedajo različnih metod komuniciranja.

ČAS TRAJANJA

10–15 minut.

VELIKOST SKUPINE

15–30 oseb.

PRIPOMOČKI

Večji papir in pisalo.

OPIS

1. Na list papirja vsak nariše preprosto sliko, ki naj bo dovolj velika, da jo lahko vidi celotna skupina.
2. Pet prostovoljcev naj zapusti prostor. Eden od udeležencev pokaže sliko drugim v skupini.
3. V prostor nato pokličemo prvega prostovoljca in si ogleda sliko.
4. Sliko zakrijemo.
5. V prostor pokličemo drugega prostovoljca. Prvi prostovoljec opiše sliko drugemu. To ponavljamo, dokler ni tudi četrti prostovoljec informiran.
6. V prostor pokličemo še petega prostovoljca. Temu četrti opiše sliko. Peti prostovoljec naj po opisu nariše sliko.
7. Skupini pokažemo obe sliki in ju analiziramo ter pokomentiramo razlike med slikama.

POVZETEK

V skupini razpravljajte, kaj se je v procesu zgodilo in zakaj.

VIR



(5. 12. 2023)

MOČ VIDA

CILJ

Izboljšanje komunikacije.

NAMEN

Da udeleženci vidijo, kakšna je razlika med vizualno in ustno komunikacijo.

ČAS TRAJANJA

3–5 minut.

VELIKOST SKUPINE

10–30 oseb.

PRIPOMOČKI /

OPIS

1. Udeleženci vstanejo in naredijo polkrog.
2. Vodja poda navodila:
3. "Zdaj vam bom dal zelo preprosto navodilo. Naredite, kar vam rečem". Vprašajte udeležence, ali razumejo navodilo.
4. Stojte pred skupino in dajte navodila, medtem ko to tudi počnete. Na primer: "Dvigni levo nogo. Dvigni desno roko. Spusti levo nogo. Dvigni tudi levo roko. Razširi prste. Spusti desno roko. Dotakni se mezinca s palcem."
5. Spremeni ravnanje tako, da se ne bo skladalo s navodilom, ki ga daješ. Na primer, pri navodilu "Dotakni se brade" se dotakneš lica.
6. Pozorno glejte, kaj počnejo udeleženci. Vprašajte jih, zakaj so sledili ravnanju in ne navodilom. Lahko bodo rekli: "Sledili smo tebi!". Odgovoriti jih je treba: "Ne, niste. Prosila sem vas, da upoštevate, kar rečem, ne kar naredim/pokažem".

POVZETEK

Prosimo skupino, naj podajo komentarje na vajo. Zakaj so bila vodila nejasna? Ali ste že kdaj prejeli takšna navodila? Od koga?

VIR



(5. 12. 2023)

KOŠČKI UMETNOSTI

CILJ

Razumeti nastanek šumov v komunikaciji.

NAMEN

Da udeleženci prepoznajo različna načina komunikacije (v sliki in besedi).

ČAS TRAJANJA

30 minut.

VELIKOST SKUPINE

10–20 oseb.

PRIPOMOČKI

Papir A4 in pisala.

OPIS

1. Povabite udeležence, da se posedejo v krog. Razdelite liste papirja, tako da bo vsak imel enega, in jih prosite, naj na vrhu lista narišejo manjšo sliko in se podpišejo na spodnji del strani.
2. Prosite udeležence, naj dajo list papirja udeležencu na desni.
3. Druga oseba naj pod sliko zapiše opis tega, kar vidi na sliki, in papir prepogne tako, da se vidi samo opis. Papir naj nato dajo udeležencu na desni.
4. Udeleženec, ki ima zdaj papir, naj na podlagi opisa pod njim nariše sliko in prepogne papir tako, da se vidi samo sliko. Potem naj da list osebi na desni. Naslednja oseba nato zapiše razlago za sliko in prepogne list tako, da se vidi samo opis, in da list osebi na desni. Ta postopek nadaljujejo, dokler vsak udeleženec ne dobi svojega papirja.
5. Udeleženci razgrnejo papir in skupaj preučijo koščke umetnosti.

VIR



(5. 12. 2023)

ENOSMERNNA IN DVOSMERNNA KOMUNIKACIJA

CILJ

Spoznati razliko med enosmerno in dvosmerno komunikacijo.

NAMEN

Da udeleženci spoznajo, kakšne težave se lahko pojavijo v enosmerni komunikaciji.

ČAS TRAJANJA

20 minut.

VELIKOST SKUPINE

15–20 oseb.

PRIPOMOČKI

Diagram, večji papir, pisala.

OPIS

1. Pripravite različna diagrama na večjem papirju ali prosojnici. Ne pokažite ju skupini. Prosite nekoga, naj vam pomaga demonstrirati nadaljnje delo.
2. Skupini pojasnite, da jim bo prostovoljec nekaj opisoval, njihova naloga pa je preprosto upoštevati navodila in narisati, kar prostovoljec opisuje.
3. Prostovoljcu pokažite enega od diagramov. Hrbet naj obrne proti skupini, tako da je vsak očesni stik onemogočen.
4. Prostovoljec lahko uporablja le verbalno komunikacijo – brez gibov, signalov z roko. Skupina ne sme postaviti vprašanj. Dovoljena je samo enosmerna komunikacija.
5. Po koncu vaje prostovoljec pokaže diagram in drugi udeleženci primerjajo z njim svoje skice.
6. Izberite drugega prostovoljca in ponovite vajo z drugim diagramom. V tem krogu je dovoljena dvosmerna komunikacija (lahko postavljajo vprašanja), ampak brez vizualnih usmeritev.
7. Primerjajte rezultate obeh vaj.

POVZETEK

Spodbudite skupinsko razpravo z vprašanji:

- Koliko oseb je bilo zmedenih in je nehalo poslušati?
- Zakaj je bila enosmerni komunikaciji tako težko slediti?
- Ali je dvosmerna komunikacija zagotavljala popolno razumevanje?
- Kako lahko poskrbimo, da bo komunikacija učinkovitejša?

VIR

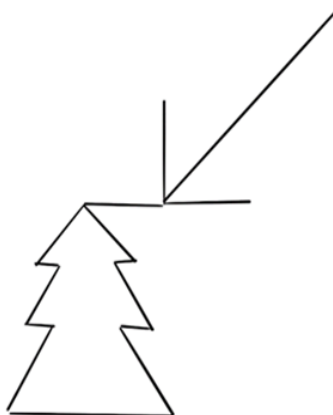
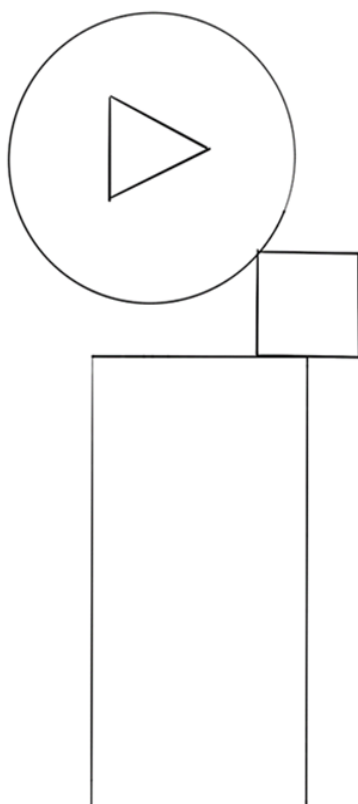


(5. 12. 2023)



PRILOGA 13

Primer diagrama



SKRIVNI OBČUDOVALEC

CILJ

Vspostaviti dobro ozračje v skupini.

NAMEN

- Razvijati prijateljstvo in spodbudno ozračje za osebno rast.
- Spodbujati udeležence, naj bodo pozornejši.
- Spodbujati udeležence, naj spoznajo kaj novega o drugih.

ČAS TRAJANJA

15 minut za organizacijo.

VELIKOST SKUPINE

Največ 35 oseb.

PRIPOMOČKI

Papir (kartice), pisalo, kapa oziroma vrečka in tabla.

OPIS

1. Vsak udeleženec iz kape (ali katerega drugega predmeta) izvleče ime nekoga iz skupine. Za to osebo bodo postali skrivni občudovalec.
2. Postaviti je treba tablo, namenjeno lepljenju sporočil.
3. Udeleženci morajo poslati podporno sporočilo, ne da bi izdali svojo identiteto.
4. Vprašanje, kdo lahko pošlje izvirnejše sporočilo, se bo lahko razvilo v tekmovanje, saj bodo udeleženci poskušali ugotoviti, kdo so njihovi skrivni občudovalci.
5. Na zadnji dan lahko udeleženci priznajo, komu so pošiljali pisma. Udeleženci lahko še prej ugotavljajo, kdo je bil njihov skrivni občudovalec.

VIR



(5. 12. 2023)

OBŽALOVANJA

CILJ

Evalvacija srečanja.

NAMEN

Da udeleženci dobijo vpogled v napredek delavnice.

ČAS TRAJANJA

15 minut.

VELIKOST SKUPINE

10–30 oseb.

PRIPOMOČKI

Karte, lepilni trak, pisala.

OPIS

1. Povabite udeležence, naj si predstavljajo, kako bi odšli z dogodka, se usedli v avto in pogledali v vzvratno ogledalo, ko bi se odpeljali.
2. Naj si predstavljajo, kaj bi obžalovali, da niso povedali, preden so odšli.
3. Naj si vsak udeleženec na list papirja zapiše svoja največja obžalovanja in nato list obrne tako, da je stran z besedilom obrnjena proti tlom, in ga položi na tla.
4. Poberite vse liste, jih preberite na glas in pokomentirajte.
5. Obesite liste z obžalovanji na tablo in spodbudite pogovor celotne skupine o komentarjih oziroma obžalovanjih na listih.

VIR



(5. 12. 2023)







Leila Kos



GREM Z VLAKOM

CILJ

Spoznati imena udeležencev.

NAMEN

Na sproščen in aktiven način spoznavati druge udeležence in se z njimi bolj povezati.

ČAS TRAJANJA

10–40 minut.

VELIKOST SKUPINE

Vsaj 10 oseb.

PRIPOMOČKI

Stoli ali blazine.

OPIS

Vsak od udeležencev se s stolom usede v krog (če stoli niso na voljo oz. če igra poteka na prostem, namesto stolov lahko uporabimo blazine). Izberemo enega udeleženca. Ta zapusti svoj stol in se postavi na sredino kroga. Udeleženec, ki ima zdaj na svoji desni prost stol, začne igro. To stori tako, da z roko udari po praznem stolu in reče; "Grem z vlakom!" in se takoj presede na prazen stol. Njegov sosed, ki ima zdaj prazen stol na desni, nanj položi roko in reče: "Grem zraven!" in se presede, naslednji sosed s praznim stolom na desni reče: "Grem na črno!" in se prav tako presede. Četrty po vrsti udari po praznem stolu in zavpije ime enega od udeležencev, ta pa se mora presesti na ta stol.

S tem se en krog presedanja konča in se začne nov, ko igralec s praznim stolom na desni reče: "Grem z vlakom" in se presede, temu pa sledita tudi njegova leva soseda, kot je opisano zgoraj. Četrty udari in pove ime udeleženca, ki se mora presesti.

Cikel presedanja se prekine, ko si udeleženec, ki stoji na sredini, izbori prazen stol.

To lahko stori v katerikoli fazi cikla, če ima le možnost zasesti stol. Oseba, ki udari po stolu in napačno pove svoj stavek, nadomesti osebo na sredini in cikel se začne na novo. Tudi če oseba, ki udari po stolu, prepozno pove

svoj stavek ali ime drugega udeleženca in se oseba na sredini že prej usede na prazen stol, se njuni vlogi zamenjata, cikel pa se začne na novo. Igra je zanimivejša, ko je predsedanje hitrejše in se udeleženci zavzeto bojujejo za prazen stol. Po nekaj časa se lahko smer predsedanja tudi spremeni iz desne v levo.

VIR

Pinosa, R. (ur.) (1994). *Igrajmo se* (zbirka 15). Ljubljana: Katchetski center, Knjižice.



KORENJE

CILJ

Sodelovanje med udeleženci.

NAMEN

Povezovanje udeležencev in sprostitev z igro.

ČAS TRAJANJA

5–10 minut.

VELIKOST SKUPINE

Vsaj 10 oseb.

PRIPOMOČKI

Korenje oz. druga hrana.

OPIS

Udeleženci se postavijo v krog, nekdo izmed njih pa stopi na sredino. Cilj igre je, da igralci, ki stojijo v krogu, pojedjo celo korenje, ne da bi jih oseba na sredini opazila. Igra se začne tako, da imajo vsi igralci roke za hrbtom, eden izmed njih pa v rokah drži tudi korenje. Korenje potuje za hrbti igralcev, vmes pa, kdor želi, korenje odgrizne in ga poda naprej. Če se osebi na sredini zdi, da ve, kdo ima v tem trenutku korenje, na glas reče STOP in pokaže na to osebo. Če je udeleženec na sredini ugotovil prav, zamenja vlogo z zunanjim udeležencem, v nasprotnem primeru se igra nadaljuje na enak način, dokler korenja ne zmanjka. Namesto korenja lahko za namen igre uporabimo tudi drugo hrano, ki jo je mogoče razdeliti, npr. oreščke, piškote, čokolad. Je pa treba biti pozoren na embalažo, ker lahko med podajanjem v krogu oddaja zvok.

VIR

Pinosa, R. (ur.) (1994). *Igrajmo se* (zbirka 15). Ljubljana: Katehetski center, Knjižice.

ENA ZIMSKA

CILJ

Pojesti čim več čokolade.

NAMEN

Dinamična igra za sprostitev in razbremenitev med teoretičnimi sklopi dela.

ČAS TRAJANJA

10–20 minut.

VELIKOST SKUPINE

Vsaj 4 osebe.

PRIPOMOČKI

Čokolada, igralna kocka, vilice in nož, 2x zimska oblačila (kapa, šal, rokavice).

OPIS

Udeleženci sedijo v krogu, eden ima igralno kocko. Na sredi med njimi je odprta čokolada, položena na ovitek, poleg nje pa vilice, nož in zimska oblačila. Začne udeleženec, z metom igralne kocke, katerega cilj je vreči število šest. V enem krogu vsak vrže kocko enkrat in če ne vrže šestice, kocko poda sosedu. To traja, dokler eden izmed udeležencev ne vrže šest. Ko se to zgodi, srečni udeleženec teče na sredino kroga, si v čim krajšem času obleče en komplet zimskih oblačil (kapa, šal, rokavice), potem v roke prime vilice in nož ter si odreže kosček čokolade. Tega lahko poje le z uporabo pribora in samo če je v popolni zimski opremi. Ko je srečni udeleženec vrgel število šest in tekkel na sredino kroga, kocko vzame njegov sosed in metanje kocke se nadaljuje, dokler naslednji udeleženec ne vrže šest. Takrat novi srečni igralec teče na sredino kroga in si obleče drugi komplet oblačil, ki je še na voljo, in nadomesti soigralca pri rezanju čokolade. Prvi udeleženec si sleče zimska oblačila in se pridruži drugim v krogu. Kocka v tem času še vedno potuje okrog, dokler naslednji igralec ne vrže šest, teče na sredino kroga, obleče zimska oblačila in nadomesti soigralca pri čokoladi. Igra se nadaljuje, dokler ne zmanjka čokolade.

VIR

Pinoso, R. (ur.) (1994). *Igrajmo se* (zbirka 15). Ljubljana: Katchetski center, Knjižnice.

POKLICANI

CILJ

Spoznati imena udeležencev.

NAMEN

Aktivno in na zabaven način spoznavati udeležence. Prav tako igra omogoča sprostitev med dejavnostmi in povezuje skupino.

ČAS TRAJANJA

10–20 minut.

VELIKOST SKUPINE

Vsaj 7 oseb.

PRIPOMOČKI

Zvit časopis ali nekaj podobnega.

OPIS

Igra je namenjena tako novonastalim skupinam, kjer se udeleženci še ne poznajo po imenu, kot tudi ostalim skupinam, ki bi si želele sprostitev in izboljšanja timskega dela.

V skupinah, v katerih se člani ne poznajo, igra vključuje njihova imena. Udeleženci se postavijo v krog, eden se postavi na sredino in v roki drži časopis oz. mehkejši predmet, ki je pri roki. Pred začetkom igre vsak od udeležencev pove svoje ime (lahko se tudi na kratko predstavi, a je potem priporočljivo še enkrat ponoviti zgolj imena udeležencev). Igro začne eden od udeležencev, ki stoji v krogu, tako da po imenu pokliče drugega udeleženca, ki ne sme biti njegov sosed. Poklicana oseba mora poklicati spet nekoga drugega, ki ni njegov sosed, prav tako ne sme vrniti klica osebi, ki ga je poklicala. Tretji poklicani pokliče nekoga drugega in igra se nadaljuje po tem vzorcu. Naloga udeleženca, ki stoji na sredini, pa je, da po glavi (lahko tudi kje drugje) udari osebo, ki je bila poklicana, še preden tej uspe poklicati nekoga drugega. Ko sredinskemu igralcu to uspe, nadomesti osebo, ki je bila prepočasna. Igra se nadaljuje, dokler se udeleženci ne naveličajo, naloga voditelja pa je preprečiti, da igra ne bi postala preveč agresivna.

RAZLIČICE

Pri že ustaljenih skupinah namesto imen lahko uporabimo razno sadje. Vsak od udeležencev je drug sadež in za čas igre se odziva na to ime. Names-to sadja lahko uporabimo tudi živali, znamke avtomobilov, okus sladoleda, poklic idr.

VIR

Pinosa, R. (ur.) (1994). *Igrajmo se* (zbirka 15). Ljubljana: Katehetski center, Knjižice.



ZMENKARIJE

CILJ

Osebni pogovor med udeleženci.

NAMEN

Igra udeležencem omogoča, da se individualno spoznajo med seboj in si zaupajo svoje poglede na vnaprej predlagane teme. To skupini omogoča bolj poglobljene odnose in večjo povezanost.

ČAS TRAJANJA

60 minut.

VELIKOST SKUPINE

Vsaj 13 oseb.

PRIPOMOČKI

Prazna slika analogne ure z razvidnimi številkami (toliko kopij, kot je udeležencev), pisala.

OPIS

Vodja med udeležence razdeli ure in pisala. Če je udeležencev liho število, se tudi sam pridruži igri. Udeležencem poda navodilo, naj uro zapolnijo z imeni drugih udeležencev tako, da za vsako uro napišejo nekoga, s katerim bodo šli na zmenek. Ko ima vsak od udeležencev pri vsaki številki napisano ime, vodja reče: "Ura je ___!" in pove določeno številko in temo, o kateri naj se udeleženca pogovarjata. Tema pogovora je lahko povezana z odnosi med kolegi, z aktualnimi temami, ki zadevajo skupino, z zasebnim življenjem posameznikov in njihovim mnenjem, z delovnimi nalogami ipd. Priporočen čas za zmenek je 10–30 min, po tem pa lahko vodja določi novo uro.

Zmenkarije uporabljamo tudi kot sprostitev med intenzivnim skupinskim delom, ko vodja pri članih opazi zmanjšanje zbranosti. Takrat lahko zmenek združimo z malico in kratkim odmorom, tema pogovora pa je bolj splošna ali zabavna, odvisno od potreb članov in delovnih nalog.

VIR

Pinosa, R. (ur.) (1994). *Igrajmo se* (zbirka 15). Ljubljana: Katehetski center, Knjižice.

LOLEK IN BOLEK

CILJ

Pozorno spremljanje igre, dajanje in sprejemanje informacij.

NAMEN

Kljub začetni zmedi in navajanju na pravila je igra zabavna in iz udeležencev izvabi veliko smeha in želje po ponovitvi. Igro lahko uporabimo med intenzivnim delom, saj je kratka in omogoča hitro preusmeritev fokusa od dela k razbremenitvi.

ČAS TRAJANJA

10–30 minut.

VELIKOST SKUPINE

5–20 oseb.

PRIPOMOČKI

En ali dva manjša do srednje velika predmeta.

OPIS

Člani se posedejo v krog, vodja (ali kdo drug od članov) je pošiljatelj, ki drži v roki najprej en predmet. Tega ponudi levemu sosеду in mu reče: "To je Lolek!" Sosed predmeta ne vzame in mora pošiljatelja najprej vprašati: "Kdo je to?" in pošiljatelj mu odgovori: "Lolek." Sosed odgovori: "Aha, Lolek!" in potem vzame predmet iz rok pošiljatelja in ga ponudi svojemu levemu sosеду z besedami: "To je Lolek!" Ta ga vpraša: "Kdo je to?" in vprašana oseba vpraša znova pošiljatelja: "Kdo je to?" Ta odgovori: "To je Lolek." Prvi sosed pove drugemu: "To je Lolek." Ta reče: "Aha, Lolek!" in vzame predmet. Tega ponudi znova svojemu sosеду in reče: "To je Lolek!" Ta vpraša: "Kdo je to?" in to vprašanje potuje od člana do člana, dokler ne pride do pošiljatelja, ki odgovori: "To je Lolek." To sporočilo znova potuje v levo smer do osebe, ki je vprašanje postavila, ta pa odgovori: "Aha, Lolek" in ponudi predmet. Igra se konča, ko Lolek znova pride v roke pošiljatelja, ko pošiljatelj sam vpraša svojega desnega soseda in vprašanje potuje vse do pošiljatelja, ki nanj odgovori in na koncu reče: "Aha, Lolek" in prevzame predmet. S tem je krog sklenjen.

RAZLIČICA

Ko udeleženci osvojijo igro, jo lahko otežimo z uvedbo Bolka, ki ga pošiljatelj sočasno pošlje v desno smer in potuje na enak način kot Lolek, le v drugo smer. Pošiljatelj tako hkrati odgovarja na vprašanja udeležencev tako z leve kot desne strani. Zapleteno postane, ko se Lolek in Bolek srečata na sredini, saj morajo udeleženci paziti, da bodo dali vse odgovore in postavili vsa vprašanja. Hkrati morajo prenašati sporočila tako za Lolka kot Bolka. Igra se konča, ko sta Lolek in Bolek znova pri pošiljatelju.

VIR

Pinosa, R. (ur.) (1994). *Igrajmo se* (zbirka 15). Ljubljana: Katehetski center, Knjižice.



EVOLUCIJA

CILJ

Premagati soigralce in postati superman.

NAMEN

Igra je namenjena sprostitvi med aktivnostmi, prav tako pa udeležencem zagotavlja razbremenitev in tekmovalno motivacijo.

ČAS TRAJANJA

5–15 minut.

VELIKOST SKUPINE

Vsaj 6 oseb.

PRIPOMOČKI /

OPIS

Igralci se sprehajajo po prostoru in med seboj igrajo igro "kamen, škarje, papir". Zmagovalec v paru napreduje v naslednjo stopnjo evolucije, poraženec pa ostane na enaki ravni. Vsi igralci začnejo na prvi stopnji, te pa so po vrsti:

1. Celica – člani držijo roke pred seboj v obliki kroga in se pri hoji opotekajo.

2. Rastlina – člani dvignejo roki nad glavo in ju pomikajo v vse strani (kot drevo v vetru).

3. Riba – izbuljijo oči, napnejo lica in plavajo po prostoru.

4. Krava – mukajo in se vedejo kot krave.

5. Človek – lahko mahajo, se pretvarjajo, da so na telefonu, se vedejo kot ljudje.

6. Superman – iztegnejo roko pred seboj in ne hodijo, ampak tečejo.

Kdor prvi postane superman, zmaga in igra se s tem konča oz. izpiše, do zadnjega igralca.

RAZLIČICA

Po potrebi lahko uporabimo tudi druge stopnje (npr. dinozaver, gorila, diva, vesoljec, angel).

VIR

Pinosa, R. (ur.) (1994). *Igrajmo se* (zbirka 15). Ljubljana: Katchetski center, Knjižice.

GOR IN DOL

CILJ

Obrniti čim več kozarcev v pravo smer.

NAMEN

Tekmovanje znotraj skupine in razbremenitev med delom.

ČAS TRAJANJA

5–15 minut.

VELIKOST SKUPINE

4–10 oseb.

PRIPOMOČKI

Papirnati kozarci.

OPIS

Na sredino prostora postavimo 20 ali več kozarcev, pol je obrnjenih na glavo. Udeleženci so razdeljeni v dve skupini in stojijo v vrsti – eni skupini je ime Dol, drugi Gor. Naloga vsake skupine je, da je po preteku določenega časa (npr. 3 minute) čim več kozarcev obrnjenih navzgor oziroma navzdol, odvisno od njihovega imena. Zmaga tista skupina, ki ji uspe več kozarcev obrniti v njihovo smer.

VIR

Pinosa, R. (ur.) (1994). *Igrajmo se* (zbirka 15). Ljubljana: Katehetski center, Knjižice.

PAPIRNA VOJNA

CILJ

Imeti na svoji strani manj papirnih kroglic kot nasprotna skupina.

NAMEN

Povezovanje skupine in sprostitev med dejavnostmi.

ČAS TRAJANJA

5–15 minut.

VELIKOST SKUPINE

Vsaj 10 oseb.

PRIPOMOČKI

Veliko odpadnega papirja.

OPIS

Člane razdelimo v dve skupini in jim damo nalogo, naj v petih minutah naredijo čim več papirnatih kroglic/nabojev, ki jih bodo nato uporabili v papirni vojni. Vsaka skupina ima na svoji strani prostora tudi svoj kup odpadnega papirja, iz katerega ustvarja naboje.

Po petih minutah skupini povabimo na bojišče in določimo mejno črto, ki ju ločuje. Naloga vsake skupine je spraviti čim več nabojev na stran nasprotne skupine. To lahko storijo le z metanjem. Skupina, ki ima po preteku časa (npr. 30 sekund ali 3 minute) na svoji strani manj nabojev, zmaga.

RAZLIČICA

Namesto nabojev lahko udeleženci izdelujejo tudi papirnata letala. Pravila igre ostanejo enaka.

VIR

Pinosa, R. (ur.) (1994). *Igrajmo se* (zbirka 15). Ljubljana: Katchetski center, Knjižnice.

POTUJOČA POEZIJA

CILJ

Sprostitev.

NAMEN

Da se udeleženci sprostijo.

ČAS TRAJANJA

15–45 minut.

VELIKOST SKUPINE

6–20 oseb.

PRIPOMOČKI

Pisarniški papir, pisala.

OPIS

Igra je primerna za skupine, v katerih se udeleženci že poznajo. Skupina sedi v krogu, člani pa imajo po en list papirja in pisalo ter podlago, na kateri lahko pišejo (tla, miza ipd.). Vsak član na vrh lista napiše en verz pesmi in list poda sosedu. Ta napisani verz prebere in pod njim napiše drugi verz. Prav tako mora sosed prepogniti papir tako, da skrije prvi verz, drugi verz pa je še vedno viden. List poda naprej svojemu sosedu. Tudi ta prebere verz, pod njim napiše svojega, prepogne prejšnjega in list poda naprej. Ko zmanjka prostora na papirju ali ko papir pride v roke prvemu piscu, člani list odvijajo in preberejo pesmi (lahko nekaj, lahko vse).

RAZLIČICA

Namesto verzov lahko člani napišejo tudi stavke in iz njih sestavijo zgodbo. Druga pravila ostanejo enaka.

VIR

Pinosa, R. (ur.) (1994). *Igrajmo se* (zbirka 15). Ljubljana: Katehetski center, Knjižice.

NEVIDNA ŽOGA

CILJ

Prikrito si podajati nevidno žogo, tako da igralec na sredini ne opazi.

NAMEN

Povezovanje skupine in sprostitev.

ČAS TRAJANJA

15–45 minut.

VELIKOST SKUPINE

Vsaj 10 oseb.

PRIPOMOČKI /

OPIS

Člani skupine se postavijo v krog, vsak si mora izbrati svoj poseben znak oz. gib, po katerem ga bodo drugi lahko prepoznali in poklicali (mežik, dotik glave, objem, dvig noge ...). V krogu vsak član pokaže svoj gib, naloga preostalih pa si je zapomniti vsaj nekaj gibov drugih članov.

Igra se začne, ko eden od članov stopi na sredino. V skupini določimo posameznika, ki ima nevidno žogo (oseba na sredini ta čas miži), naloga člana na sredini pa je, da ugotovi, kdo jo ima.

Nevidno žogo podajamo tako, da oseba, ki ima žogo, naredi znak enega od soigralcev (npr. pomežik). Ta mora v odgovor nazaj pokazati svoj znak (pomežik), se pravi, da je žogo prejel in jo ima zdaj on. Naprej jo poda tako, da pokaže znak enega od soigralcev (npr. se nasmehne), in ta mu nazaj pokaže svoj znak (se nasmehne). Igralec na sredini mora ta čas ugotoviti, kdo ima žogo. Če ugotovi, se z igralcem z žogo zamenjata. Igra se začne od začetka. Če med igro nastane zmeda in se ne ve, kdo ima žogo, se igra začne od začetka.

Če oseba z žogo pokaže gib soigralca, ta pa tega ne opazi, je žoga še vedno v njegovih rokah in ni podana naprej.

VIR

Pinosa, R. (ur.) (1994). *Igrajmo se* (zbirka 15). Ljubljana: Katchetski center, Knjižice.

ŠČIT IN LOK

CILJ

Ves čas stati za svojim ščitom, tako da je ta neposredno med udeležencem in lokostrelcem.

NAMEN

Sprostitev.

ČAS TRAJANJA

10–20 minut.

VELIKOST SKUPINE

Vsaj 10 oseb.

PRIPOMOČKI /

OPIS

Vsak od udeležencev si zamisli, kdo od drugih bo njegov ščit in kdo bo lokostrellec, ki ga želi napasti. Tega ne pove nikomur. Udeleženec bo verjetno za čas igre tudi sam nekomu ščit, nekdo pa si ga bo lahko zamislil kot lokostrelca. Posameznik se na dodeljene vloge ne ozira, temveč se osredotoči le na svoj ščit in lokostrelca ter poskrbi za svojo varnost.

Cilj igre je, da je udeleženec med igro skrit za svoj ščit, ki ga v ravni liniji ščiti pred lokostrelcem. Od ščita je lahko oddaljen poljubno število metrov, le da je ta neposredno med njim in lokostrelcem. Vsi udeleženci tečejo po prostoru in poskrbijo, da so na tak način tudi zaščiteni. Po preteku nekaj minut (npr. 5) vodja reče STOP!, udeleženci obstanejo in pokažejo, kdo je bil njihov ščit in kdo lokostrellec. Igra se lahko ponovi in udeleženci si pri sebi zamislijo nov ščit in novega lokostrelca.

KOMENTAR

Zanimivo je opazovati, koga si udeleženci izberejo za svoj ščit. Po navadi je eden izmed njih pogosteje ščit, drugi pa so pogosteje lokostrelci.

VIR

Pinosa, R. (ur.) (1994). *Igrajmo se* (zbirka 15). Ljubljana: Katehetski center, Knjižice.

SONCE SIJE NA ...

CILJ

Spoznati ostale udeležence.

NAMEN

Medsebojno spoznavanje udeležencev in sprostitev.

ČAS TRAJANJA

10 minut.

VELIKOST SKUPINE

Vsaj 10 oseb.

PRIPOMOČKI /

OPIS

Skupina se postavi v krog, vodja skupine pa reče: "Sonce sije na vse, ki ...". Vstavi lahko katerokoli dejavnost, ki se nanaša na člane skupine. Npr.: "Sonce sije na vse, ki so danes jedli zajtrk." Takrat se člani skupine, za katere ta stavek drži, stopijo korak naprej in se priklonijo. Dobro je začeti z lastnostjo, ki jo člani lahko opazijo, kot je barva majice. Ko člani usvojijo pravila igre, lahko vodja postavi vprašanja iz katere ali kategorije (hobiji, talenti, študij, domače živali idr.).

RAZLIČICE

Vodja lahko udeležence prosi, naj predlagajo kategorijo vprašanj. Če je prostor večji, lahko udeleženci med seboj tudi zamenjajo mesta, tako da bo igra še bolj dinamična. Če je prostora premalo, pa lahko udeleženci naredijo le počep, namesto da stopijo korak naprej in se priklonijo.

KOMENTAR

Vodja mora posebno pozornost nameniti vprašanjem, ki bi bila lahko za udeležence občutljiva oz. osebna. V tem primeru lahko vprašanje postavi na način: "Sonce sije na vse, ki poznajo nekoga ki ..."

VIR

Pinoso, R. (ur.) (1994). Igrajmo se (zbirka 15). Ljubljana: Katchetski center, Knjižice.

V VRSTI

CILJ

Spoznati druge udeležence in se pravilno razvrstiti.

NAMEN

Medsebojno spoznavanje udeležencev in razbremenitev.

ČAS TRAJANJA

10 minut.

VELIKOST SKUPINE

Vsaj 10 oseb.

PRIPOMOČKI /

OPIS

Vodja članom skupine naroči, naj se v vrsti padajoče oziroma naraščajoče razporedijo glede na predlagane lastnosti, npr. po abecednem redu začetnic imena – na skrajni desni je recimo Alan, na skrajni levi pa Žana. Čas za razporeditev je lahko omejen, da se skupina razporedi hitreje in bolj dinamično.

Vodja lahko predlaga katerokoli kategorijo, ki jo je mogoče razvrstiti po zaporedju: dan rojstva, dolžina prepotovane poti do mesta srečanja skupine, dolžina las, številka čevljev, ura vstajanja iz postelje ipd.

Ko se člani razvrstijo po vrstnem redu, jih vodja lahko prosi, naj se predstavijo svojim sosedoma in si zaupajo kakšne zanimivosti drug o drugem (šolanje, delovno mesto, hobiji, pričakovanja glede skupine, njihov največji izziv ...).

RAZLIČICA

Igra je lahko še zanimivejša, če člani igrajo v tišini in za komunikacijo uporabljajo le geste in neverbalno komunikacijo.

KOMENTAR

Igro lahko uporabimo tudi za nadaljnje razvrščanje v manjše skupine, tako da vodja šteje člane od enega konca proti drugemu, glede na število skupin, ki jih želi oblikovati.

VIR

Pinosa, R. (ur.) (1994). *Igrajmo se* (zbirka 15). Ljubljana: Katehetski center, Knjižice.



POGOVORNI VRTILJAK

CILJ

Poslušati in ubesediti pogled drugih članov skupine.

NAMEN

Izražanje lastnega mnenja in razumevanje mnenja drugih.

ČAS TRAJANJA

10 minut.

VELIKOST SKUPINE

Vsaj 10 oseb, število mora biti parno.

PRIPOMOČKI

Stoli.

OPIS

Člani naj se stoje ali sede razporedijo v dva kroga, notranjega in zunanjega, v vsakem krogu pa mora biti število udeležencev enako. Udeleženci obeh krogov so obrnjeni drug proti drugemu, vsak pa ima svoj par. Vodja članom naroči, naj se pozorno poslušajo, saj bo njihova naloga ponoviti besede njihovega sogovornika in jih predstaviti drugemu članu skupine.

Vodja skupine predlaga temo pogovora (npr. vloga medijev pri oblikovanju osebnega mnenja posameznikov), s predstavitvijo lastnega mnenja o tej temi pa začne notranji krog, ki ima na voljo minuto časa. Par iz zunanjega kroga ta čas ne komentira, le pozorno posluša sogovornikove besede. Po minuti si par zamenja vlogi. Ko tudi drugi član predstavi svoje mnenje, se člani notranjega kroga premaknejo npr. dve mesti v levo, člani zunanjega kroga pa eno mesto v desno. Pomembno je le, da se pari med seboj pomešajo. Člani imajo zdaj nalogo, da novemu sogovorniku predstavijo pogled prejšnjega sogovornika. Za to imajo na voljo eno minuto. Začnejo člani zunanjega kroga, po minuti se vlogi zamenjata. Na koncu imata sogovornika tudi možnost predstaviti svoje mnenje o izbrani temi v medsebojnem pogovoru. Za to imata na voljo 2 minuti.

KOMENTAR

Poglavitni namen igre je omogočiti članom, da izrazijo svoj pogled na določeno tematiko, hkrati pa morajo pozorno poslušati tudi svojega sogovornika. Ponoviti mnenje drugega je lahko zelo težavna, a koristna naloga. Prav tako pa je predstaviti mnenje drugega lahko vir, iz katerega posameznik črpa novo znanje zase.

Predstavljena mnenja lahko potem napišemo na plakat in jih obravnavamo s celotno skupino.

VIR

Pinosa, R. (ur.) (1994). *Igrajmo se* (zbirka 15). Ljubljana: Katchetski center, Knjižice.



IGRA VLOG

CILJA

Uprizoriti etično dilemo in o njej razpravljati z drugimi udeleženci.

NAMEN

Ustvarjalen način obravnavanja etičnih dilem in sprostitev.

ČAS TRAJANJA

30 minut.

VELIKOST SKUPINE

Vsaj dve 3-članski skupini.

PRIPOMOČKI /

OPIS

Vodja pojasni članom, naj se v malih skupinah pogovorijo o dogodkih, ko so se srečali z etično dilemo. Skupine naj imajo dovolj časa, da lahko vsak član ubesedi svojo situacijo, na koncu pa naj se skupina odloči za eno dilemo, ki jo bo potem predstavila drugim skupinam. Člani skupine imajo več možnosti, kako predstaviti izbrano situacijo: lahko jo odigrajo kot gledališko igro, z uporabo besed ali brez njih, lahko se postavijo v zamrznjeno sliko, kjer so pozornejši na uprizorjeno obrazno mimiko in postavitev v prostoru (pri tem lahko tudi uporabijo pripovedovalca ali miselne oblačke).

Vsaka skupina odigra svoj prizor, drugi pa imajo ta čas možnost na glas interpretirati viden prizor. Če se skupina odloči za zamrznjeno sliko (velja tudi za druge oblike uprizoritev), lahko drugi člani igralcem postavljajo vprašanja, kako se je počutiti v določeni vlogi, kaj mislijo, da se bo zgodilo v prihodnje, ipd. Prav tako se lahko gledalci sprehodijo po prostoru in si približje ogledajo obrazno mimiko igralcev.

VIR

Pinosa, R. (ur.) (1994). *Igrajmo se* (zbirka 15). Ljubljana: Katehetski center, Knjižnice.

ROKA, PAR, ZAUPAJ INFORMACIJO

CILJA

Spoznati druge udeležence in izraziti svoje mnenje.

NAMEN

Razbremenitev in spoznavanje drugih ter posredovanje informacij.

ČAS TRAJANJA

10 minut.

VELIKOST SKUPINE

Vsaj 10 oseb, število mora biti parno.

PRIPOMOČKI /

OPIS

Igra zahteva hitro odzivnost. Celotna skupina se sprehaja po prostoru in ko vodja zakliče: "Roka", vsi udeleženi dvignejo roko in jo držijo v zraku, dokler vodja ne zakliče: "Par". Takrat vsak udeleženec najde svoj par tako, da se dotikata z dlanmi v zraku. Vodja nato zakliče: "Zaupaj informacijo" in v parih si udeleženci zaupajo katerokoli informacijo (pričakovanja, ljub spomin, hobi ...). Vodja lahko pare povabi, naj informacije zaupajo tudi drugim. S tem preveri, ali člani razumejo igro, prav tako pa lahko odgovori navdihnejo druge udeležence pri naslednjih krogih.

Krog lahko ponovimo večkrat, da se lahko udeleženci spoznajo med seboj.

RAZLIČICA

Vodja lahko pri ukazu "Zaupaj informacijo" predlaga določeno temo. Tako lahko pridobi specifične informacije od udeležencev (npr. o dinamiki v skupini, timskem delu, predlogih, pričakovanjih).

VIR

Pinosa, R. (ur.) (1994). *Igrajmo se* (zbirka 15). Ljubljana: Katchetski center, Knjižice.

ŽETONI

CILJ

Povedati lastno mnenje o predlagani temi.

NAMEN

Da zagotovimo enakovredno udeleženo članov v pogovoru.

ČAS TRAJANJA

30 minut.

VELIKOST SKUPINE

4–8 oseb.

PRIPOMOČKI

Žetoni oziroma drugi manjši predmeti.

OPIS

Vodja določi število priložnosti, ki jih bodo imeli posamezni člani skupine, da izrazijo svoje mnenje o predlagani temi pogovora. Nato enakovredno razdeli žetone (npr. vsakemu po tri), pri tem pa upošteva število članov in čas, ki ga imajo na voljo. Članom pojasni pomen žetonov in doda: ko se posameznik odloči vključiti v pogovor, svoj žeton postavi predse. Ko porabi vse žetone, se njegova možnost vključevanja v pogovor konča. Vsak član naj bi porabil vsaj en žeton in se s tem enkrat vključil v pogovor, druge žetone pa lahko podari drugim članom. Vodja določi čas, ki ga ima član na voljo za izražanje svojega mnenja (npr. ena minuta).

Ko vodja določi temo, se pogovor začne. Člane povabi, naj predse postavijo svoje žetone in izrazijo svoje misli o izbrani temi. Vodja medtem na plakat zapisuje poglede članov. Po koncu razprave jih predstavi celotni skupini. Ta jih pregleda in lahko tudi ponovno ovrednoti.

KOMENTAR

Metoda je uspešna pri delu s skupinami, v katerih imajo člani težavo pri vključevanju v pogovor ali določeni člani pri izražanju mnenja dominirajo.

VIR:

Pinosa, R. (ur.) (1994). *Igrajmo se* (zbirka 15). Ljubljana: Katehetski center, Knjižice.







Sara Dimitrovski



NE ODGOVORI!

CILJI

Medsebojno sodelovanje, spodbujanje domišljije in sprostitvev.

NAMEN

Da se ljudje v novi skupini med seboj bolje spoznajo, povežejo, sodelujejo, hkrati pa tudi pokažejo ustvarjalnost.

ČAS TRAJANJA

5–15 minut (odvisno od velikosti skupine).

VELIKOST SKUPINE

Vsaj 10 oseb.

PRIPOMOČKI /

OPIS

Skupina se postavi v krog. Vodja začne igro tako, da pristopi do ene osebe znotraj kroga in jo vpraša : "Kaj je tvoja najbolj nadležna lastnost?". Oseba, ki je dobila vprašanje, nanj ne sme odgovoriti, saj odgovor pove levi sosed osebe, ki ji je bilo vprašanje postavljeno. Oseba, ki je odgovorila, nato pristopi do druge osebe v krogu in ji postavi enako vprašanje. Spet odgovori oseba na njeni levi. Igra se nadaljuje, dokler vsi ne odgovorijo vsaj enkrat.

RAZLIČICE

Lahko se postavijo druga vprašanja, na katera osebe odgovarjajo, npr.: "Kaj je tvoja najboljša lastnost?", "Kaj je tvoja najljubša hrana?", "Kam rad hodiš na počitnice?", "Kje bi si želel biti v tem trenutku?", "Kaj boš počel čez 10 let?"

VIR

International HIV/AIDS Alliance (2002). *100 ways to energise groups: games to use in workshops, meetings and the community*. United Kingdom: Progression.

NEVIHTA

CILJ

Cilj je, da so osebe čim bolj osredotočene na dogajanje. Pomembno je, da sodelujejo in skupaj ustvarjajo glasovni učinek nevihte.

NAMEN

Da člani skupine vadijo osredotočenost, se zabavajo in so ustvarjalni. Vaja je namenjena ogrevanju skupine. Igrala naj bi se kot prva igra oziroma ledolomilec, ko se skupina zbere pred začetkom izvajanja delavnice/pouka. Sodelujoči naj bi bili po vaji bolj zbrani, saj se morajo že med vajo zelo osredotočiti na to, kar počnejo.

ČAS TRAJANJA

5 minut.

VELIKOST SKUPINE

Vsaj 5 oseb.

PRIPOMOČKI /

OPIS

Skupina se postavi v krog. Vodja pove, da bodo ustvarili nevihto in da morajo upoštevati njegova navodila.

1. Drgnemo roki, drugo ob drugo.
2. Tleskamo.
3. Ploskamo, a tiho (malo bolj na glas, kot tleskanje).
4. Ploskamo (normalno).
5. Ploskamo glasneje.
6. Z rokami tolčemo po stegnih.
7. Topotamo z nogami.
8. Z rokami tolčemo po stegnih.
9. Glasno ploskamo.
10. Ploskamo, a tišje.
11. Tleskamo.
12. Drgnemo roki, drugo ob drugo.

RAZLIČICE

Po končani vaji lahko povabimo nekoga drugega v skupini, da vodi/ustvarja nevihto.

VIR



(5. 12. 2023)



PODAJ ZGODBO!

CILJ

Medsebojno sodelovanje, izboljšanje verbalnih sposobnosti, komunikacije in ustvarjalnosti. Poleg tega je cilj tudi, da se ustvarijo zanimive, zabavne in smešne zgodbe, ki sprostijo ozračje v skupini. Prizadevamo si tudi za to, da se skupina med vajo poveže in spozna pomembnost pozornega poslušanja in sodelovanja.

NAMEN

Da se osebe v novi skupini med seboj bolje spoznajo, bolj povežejo, sodelujejo, hkrati pa tudi pokažejo ustvarjalnost. Namen je tako izboljšati pozornost, komunikacije in druge verbalne sposobnosti. Hkrati spodbuja sodelovalnost in ustvarjalnost.

ČAS TRAJANJA

10–15 minut (odvisno od velikosti skupine).

VELIKOST SKUPINE

6–10 oseb (če je skupina večja od 15, je priporočljiva razdelitev v dve manjši skupini).

PRIPOMOČKI /

OPIS

Skupina se postavi v krog. Vodja pove naslov zgodbe, npr. "Osamljena roža"/ "Moje zanimive sanje"/ "Moje prve počitnice". Pustimo minuto za razmislek o naslovu. Nato se javi ena oseba, ki začne zgodbo, oziroma jo izberemo. Povedati mora eno poved, npr. "Nekoč je živela osamljena roža na vrhu najvišjega hriba na svetu!" Zgodbo nadaljuje naslednji v krogu, spet pove samo eno poved (smer nadeljevanja ni pomembna, za lažje izvajanje se lahko dogovorite za smer urninega kazalca). Igra se nadaljuje, dokler vsi ne povedo ene povedi. Pri tem morajo biti previdni, da ima zgodba začetek, vrhunec in konec.

RAZLIČICA

1. Lahko določimo, da vsak član pove določeno število besed namesto ene povedi. Določimo lahko na primer, da vsak pove zgolj eno besedo. Igra se konča, ko udeleženci povedo smiselno zgodbo.

2. Ena oseba začne prosto pripovedovati zgodbo, ko ji zmanjka besed oziroma se ji zatakne, pripovedovanje prevzame oseba poleg nje (smer poteka znotraj kroga določimo vnaprej). Tako se igra nadaljuje, dokler vsak ne spregovori vsaj enkrat oziroma dokler zgodba ne dobi smiselnega konca.

VIR



(5. 12. 2023)



SMRTONOSNI POMEŽIK

CILJI

Ogrevanje in sproščanje. Cilj igre je, da osebe čim prej ugotovijo, kdo je morilec. Pri tem morajo biti pozorne na dogajanje v prostoru. Ostati morajo osredotočene na ohranjanje očesnega stika.

NAMEN

Da se osebe pred začetkom predavanja/delavnice ogrejejo in sprostijo.

ČAS TRAJANJA

5 minut.

VELIKOST SKUPINE

6–10 oseb (v kolikor je prostor večji lahko tudi več).

PRIPOMOČKI /

OPIS

Vodja skupine vsakemu v skupini dodeli en listek oziroma omogoči žrebanje listkov, na katerih so dodeljene vloge. Na enem listku je napisano "Morilec", na drugih pa "Opazovalec". Pred tem vodja pove, da svoje vloge ne smejo izdati nikomur – torej svojega listka ne smejo pokazati sosedu. Igra se nadaljuje tako, da se vsi prosto sprehajajo po prostoru v tišini tako, da ohranjajo očesni stik. Morilec s pomežikom osebo "umori". Če je oseba prejela mežik, se usede na svoje mesto in s tem naznani, da je "umorjena". Skupina dobi 2 možnosti za ugotavljanje, kdo je morilec – po 1 minuti igre in po 3 minutah igre.

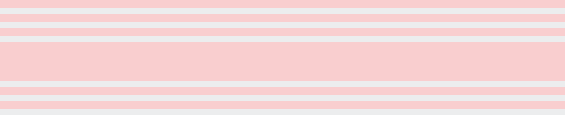
RAZLIČICA

Če je skupina večja, lahko določimo 2 morilca.

VIR



(5. 12. 2023)





Eva Mramor



LUTKE

CILJ

Ustvariti prostor za raziskovanje izkušenj (komunikacije, odnosov) sodelujočih, ki jih sami ne želijo ali ne zmorejo izraziti.

NAMEN

Da udeleženci ugotovijo, kako lahko uporabijo lutko za raziskovanje občutljivih tem.

ČAS TRAJANJA

Vsaj 15 minut.

VELIKOST SKUPINE

Manjša skupina (do 20 oseb).

PRIPOMOČKI

Lutka (ali več lutk).

OPIS

Človeško lutko predstavimo skupini. Pri tem člane skupine spodbudimo, da lutko poimenujemo. Pozorni smo, da to ni ime koga od članov skupine. Razložimo, da je lutka na primer (vstavimo poljubno čustvo, razpoloženje) slabe volje, ker je imela slab dan v šoli. S člani skupine poskušamo ugotoviti, zakaj je lutka slabe volje, jezna, osamljena ipd. Vsak predlog, s katerim se člani odzovejo, je pravilen. Lutka vsakokrat, ko jo člani vprašajo po čem, odgovori: "Da." Na primer, na vprašanja, kot so: "Ali si žalostna, ker si na poti v šolo stopila v lužo?" ali "Ali si žalostna, ker te je učitelj udaril?", lutka vselej odgovori: "Da." Potem ko člani skupine nehajo ugibati o razpoloženju lutke, lahko proces ponovimo, tokrat tako, da predpostavljamo, da ima lutka lep dan. Spodbudimo jih, da poskusijo ugotoviti, zakaj je lutka srečna, se počuti varno, podprto ... Tudi tu so vsi predlogi pravilni in odgovor je vselej: "Da."

RAZLIČICE

Lutke lahko uporabimo tudi za raziskovanje komunikacije in odnosov. V tem primeru uporabimo eno ali več lutk živali. Uporabimo jih lahko za zbiranje idej o zdravju, izobraževanju, prostem času, potovanjih, težavah ... Na primer: "Lutka se danes ne počuti zdravo, kaj misliš, zakaj?"

Druga oseba, ki ne uporablja lutke, lahko vprašanja in ideje, ki se porajajo, snema, na primer z diktafonom.

KOMENTAR

S to metodo lahko pridobimo informacije o stvareh, ki jih člani skupine sami pogosto doživljajo, a ne želijo omeniti, da so se sami osebno srečali s takšno izkušnjo. Prijetno pa se lahko počutijo pri oblikovanju idej o tem, kaj se je zgodilo lutki.

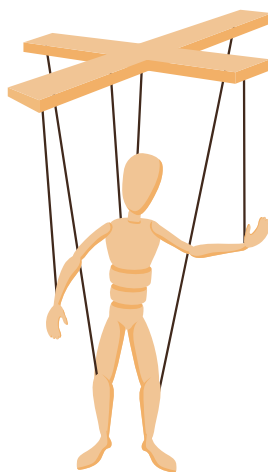
Lutko poskusimo prikazati tako, da bo čim bolj podobna človeku. To je na eni strani odvisno od tega, kako je izdelana, na drugi strani pa tudi od tega, kako jo uporabljamo. Pri tem je pomembno, da smo pozorni na telesno govorico lutke, kadar je žalostna, srečna ipd.

Bolj kot lutko prikažemo kot človeka, bolj bodo člani skupine sodelovali. Z opisano metodo lahko zbiramo informacije, še posebej pri mlajših otrocih ali otrocih z učnimi težavami.

VIR



(5. 12. 2023)



GLASOVANJE

CILJ

Sodelujoči v skupini z glasovanjem izrazijo svoje mnenje, želje, interese.

NAMEN

Da udeleženci razvrstijo ideje.

ČAS TRAJANJA

15 minut.

VELIKOST SKUPINE

Neomejeno.

PRIPOMOČKI

Stojalo z listi papirja, pisalo, samolepilne papirne nalepke v obliki kroga.

OPIS

Na stojalo pripravimo list papirja z zapisanimi možnimi odgovori in odzivi na vprašanje ali trditev. Odgovori in možni odzivi so lahko zbrani s kakšno drugo metodo, denimo metodo vročega stola. Vsakemu članu izročimo nekaj samolepilnih papirnih nalepk v obliki kroga, število teh variira glede na število kategorij odgovorov. Člane nato spodbudimo, da nalepke nalepijo poleg treh odzivov ali aktivnosti, ki so jim najbolj všeč, se jim zdijo najpomembnejše ali najprimernejše. Da bi ugotovili, katera izmed predlaganih idej, iger ali aktivnosti je med člani skupine najbolj priljubljena, preštujemo, poleg katere od njih je največ zbranih nalepk.

RAZLIČICA

S kakšno drugo metodo, denimo metodo vročega stola, lahko pridobimo pomembne odzive ali prepoznamo težave, ki jih skupina omeni v pogovoru. Zapišemo jih na list papirja.

KOMENTAR

To je zelo hitra metoda glasovanja. Pomembno je, da se s skupino pogovarjamo, v tem procesu lahko vodja zbere vse odzive skupine in jih zapiše na list papirja na stojalu.

VIR



(5. 12. 2023)

KONTINUUM MNENJ

CILJA

Raziskovanje vrednot in mnenja članov skupine.

NAMEN

Aktivna, ustvarjalna metoda za spodbujanje pogovora in pridobivanje mnenja.

ČAS TRAJANJA

Odvisen od števila trditev ali vprašanj.

VELIKOST SKUPINE

Manjša skupina, odvisno od velikosti prostora.

PRIPOMOČKI /

OPIS

Ustvarimo namišljeno črto prek prostora, v katerem smo. Pazljivo označimo, kje se črta začne in kje konča. Vodja oblikuje trditev ali vprašanje, o katerem bodo sodelujoči izrazili svoje strinjanje ali nestrinjanje – na primer: "Čokolada je najboljši okus sladoleda na vsem svetu." Razložimo, da namišljena črta ponazarja kontinuum z dvema nasprotujočima si koncema, eden od njiju ponazarja "Popolnoma se strinjam", drugi pa "Nikakor se ne strinjam". Potem ko oblikujemo trditev, povabimo sodelujoče, naj stopijo na črto glede na svoje mnenje do izraženega. Vsi pojasnijo, zakaj stojijo na mestu, ki so ga izbrali.

KOMENTAR

To je še način, kako prepoznati različna mnenja in poglede vseh sodelujočih v skupini. Metodo lahko uporabimo razpravo, ki se razvije v nadaljevanju.

VIR



(5. 12. 2023)

DIAMANT

CILJ

Razvrstiti ideje po pomembnosti iz zornega kota članov skupine.

NAMEN

Da sodelujejo vsi udeleženci.

ČAS TRAJANJA

30 minut.

VELIKOST SKUPINE

Manjša skupina.

PRIPOMOČKI

Samolepilni listki, pisalo, večji format papirja ali stenska tabla.

OPIS

Postavimo vprašanje, skupina ali več njih izbere devet idej, s katerimi se strinja. Vsako izmed idej zapišemo na svoj samolepilni listek. Skupina oblikuje devet idej v obliki diamanta, tako da je najpomembnejša ideja na vrhu, najmanj pomembna pa na dnu. Samolepilni listki naj bodo v obliki diamanta: ena ideja na vrhu, drugi dve na drugem mestu, tri ideje v sredini, dve ideji na četrtem mestu in zadnja, ki je najnižja na dnu. Razvrstimo jih lahko na večji format papirja ali na stensko tablo.

RAZLIČICE

Nekaj idej lahko pripravimo že vnaprej.

KOMENTAR

Aktivnost je še posebej smiselno uporabiti potem, ko smo v skupini že izvedli možgansko nevihto. Je dobro orodje za spodbujanje razprave in pogovora v skupini. Sodelujoče spodbudi, da utemeljijo, zakaj so, po njihovem mnenju, določene teme ali ideje pomembnejše od drugih. Hkrati je orodje lahko nekoliko omejujoče, saj je včasih težko sprejeti odločitev o tem, katera med idejami je najpomembnejša.

VIR



(5. 12. 2023)

DREVO

CILJA

Raziskati vzroke in posledice problema ter njegov vpliv na družbo.

NAMEN

Vizualna analiza vzroka in učinka.

ČAS TRAJANJA

Vsaj 30 minut.

VELIKOST SKUPINE

Vsaj 20 oseb.

PRIPOMOČKI

Fotografija drevesa, pisalo (po potrebi).

OPIS

Pripravimo fotografijo drevesa z velikim deblom, koreninami, vejami in sadeži. Razložimo, da bodo sodelujoči raziskovali vzroke in posledice, povezane s pomembno temo. Ta bo deblo drevesa, korenine označimo za vzrok problema ali teme, veje bodo prispodoba za vpliv problema na ljudi oziroma družbo, sadeži pa bodo ponazarjali izide, rezultate, posledice problema. Aktivnost lahko opravimo v širši skupini ali v več manjših. Po koncu razprave člane povabimo, da zberemo vse ideje.

RAZLIČICE

Vsaka skupina lahko raziskuje različne probleme, nato pa manjše skupine izdelana problemska drevesa predstavijo celotni skupini.

Lahko se usmerimo tudi na razpravo o tem, kaj lahko razreši korenine problema. To lahko storimo bodisi z uporabo druge metode bodisi z vprašanjem o tem, kaj je lahko sekira, ki bi posekala takšno problemsko drevo, ali pa kakšna obravnava je potrebna za to obolelo drevo.

KOMENTAR

Metoda omogoča vizualizacijo in jo lahko uporabimo večkrat zapored. Hkrati ne predvideva vsebine problema, zato lahko z njo raziskujemo poljubno temo, denimo revščino ali pomanjkanje univerzalnega osnovnega izobraževanja.

VIR



(5. 12. 2023)



POVEŽI SE V SKUPINO Z VSEMI, KI ...

CILJA

Povezovanje članov skupine z odkrivanjem podobnosti in razlik med njimi.

NAMEN

Da udeleženci raziščejo teme ali reči, ki so sodelujočim skupne.

ČAS TRAJANJA

Odvisen od števila ponovitev.

VELIKOST SKUPINE

Vsaj 20 oseb.

PRIPOMOČKI /

OPIS

Poiščemo dovolj velik prostor, da se bo skupina lahko gibala naokrog in oblikovala manjše skupine. Pojasnimo, da bo na voljo več manjših skupin, zato se mora posamezni član prepričati, ali je res v pravi. Kategorije manjših tesnih skupin naj bodo zabavne, denimo: "Poveži se v skupino z vsemi, ki so rojeni v istem mesecu kot ti," "Poveži se v skupino z vsemi, s katerimi vam je skupna najljubša jed," "Poveži se v skupino z vsemi, ki so imeli enak zajtrk kot ti." Tako lahko pridobimo informacije o skupini in njenih članih. Preverimo, ali so se vsi člani razporedili v pravo manjšo skupino. Ponavljamo z različnimi kategorijami, da lahko sodelujoči ustvarijo več povezav v skupine in jih prekinejo.

RAZLIČICE

Lahko ustvarimo tudi večjo skupino, v katero se povežejo vsi člani, ki so npr. tistega jutra jedli zajtrk. Vodja se nato lahko pretvarja, da vozi avtobus in pri tem posnema zvoke vožnje, nanj sedejo vsi člani, ki so se uvrstili v prej definirano kategorijo. Potem ko ustavi, vsi člani izstopijo in sedejo nazaj v krog in počakajo na naslednje vprašanje.

KOMENTAR

Opisana metoda je lahko živahen in pogosto zabaven ledolomilec, s katerim lahko odkrijemo podobnosti in razlike med člani skupine. Hkrati je prilagodljiv, z njim lahko pridobimo veliko informacij o skupini.

Lahko zapišemo število članov v skupini, v katero se je v posamezni kategoriji povezalo največ članov.

VIR



(5. 12. 2023)



UPI IN STRAHOVI

CILJ

Raziskati, kakšna pričakovanja, upe, predstave in strahove imajo sodelujoči v zvezi s sodelovanjem v skupini in izvedbo delavnice.

NAMEN

Anonimna aktivnost, koristna za ugotavljanje pričakovanj od delavnice.

ČAS TRAJANJA

Po potrebi.

VELIKOST SKUPINE

Neomejeno število oseb.

PRIPOMOČKI

Listi papirja v dveh različnih barvah, pisala, večji plakat ali stenska tabla iz plute, risalni žeblički, košarica ali drug poljuben predmet za shranjevanje.

OPIS

Sodelujočim pojasnimo, da imamo na voljo papir v dveh barvah. Na enega bomo zapisali strahove, ki jih imajo glede delavnice, srečanja ... in na drugega vse njihove upe. Zapise zberemo v košarici ali drugemu predmetu, ki omogoča, da bodo zapisi ostali anonimni. Skupini zagotovimo dovolj časa, da razmislijo o svojih strahovih in upih. Prepričamo se, ali vsi razumejo, da bodo vsi zapisi ostali anonimni.

RAZLIČICE

Košarico z barvnimi papirji in pisali lahko odložimo na poljubno izbranem mestu, npr. ob vratih, in sodelujoče povabimo, naj vanjo dodajo zapise v času odmora za kosilo ali malico. Nato lahko vse zapise zberemo, vodja jih prebere ali zapiše na večji plakat, razvrsti na stensko tablo iz plute.

KOMENTAR

Aktivnost lahko uporabimo v času delavnice, da bi bolje razumeli, kako se člani skupine počutijo in kakšna so njihova pričakovanja. O zbranih zapisih o upih in strahovih se lahko pogovorimo, predvsem o tem, kaj ukreniti glede njih.

VIR



(5. 12. 2023)



SILHUETA

CILJ

Opredeliti, kako člani skupine pojmujejo dobrega vodjo (ali drugo vlogo v skupini), kakšne lastnosti mu pripisujejo, kako ga prepoznavajo.

NAMEN

Da udeleženci obnovijo znanje.

ČAS TRAJANJA

Vsaj 30 minut.

VELIKOST SKUPINE

Vsaj 20 oseb.

PRIPOMOČKI

Več listov papirja, lepilo, pisala.

OPIS

Pripravimo list papirja v velikosti človeškega telesa, lahko zlepimo tudi več listov skupaj ali pa uporabimo stensko tablo. Člane skupine spodbudimo, naj se eden izmed njih prostovoljno uleže na list papirja, druga oseba pa ustvari njegov obris. Na silhueto napišejo, katere lastnosti ima npr. "najboljši vodja skupine za otroke in mladostnike". Sodelujoče spodbudimo, da poleg zapišejo ali narišejo elemente, kot so njegove spretnosti, značilnosti, vrednote, prepričanja, znanja itd. Na primer: velika ušesa, da lahko z njimi dobro sliši, majhna usta, da ve, kdaj dati besedo mladim, s stopali trdno na tleh in veliko, toplo srce. Prepustimo se procesu, da lahko nastane nenavadna stvaritev. Nato razpravljamo o tem, da ni vselej mogoče biti vse od naštetega, kljub temu pa se moramo nenehno opominjati in si prizadevati za to.

RAZLIČICE

Razpravljamo lahko tudi o tem, kaj ustvarja dobrega državljana, učenca, učitelja ipd. Lahko ustvarimo tudi silhueto za raziskovanje »najslabšega vodje«. Tako lahko primerjamo in spodbudimo razpravo.

KOMENTAR

Dejavnost je še posebej primerna za premislek. Poraja širšo predstavo. Ne zahteva veliko spretnosti ali znanja, saj lahko risba prikaže veliko odlik.

VIR



(5. 12. 2023)



KRITIČNI PRIJATELJ

CILJ

Pri članih skupine spodbuditi razmislek o tem, kakšni so njihovi cilji in pričakovanja, kaj si želijo razviti in uresničiti.

NAMEN

Da udeležencem vrstniki pomagajo izboljšati načrt dela.

CAS TRAJANJA

Vsaj 30 minut.

VELIKOST SKUPINE

Vsaj 20 oseb.

PRIPOMOČKI

Stoli.

OPIS

Članom skupine pojasnimo, da je njihova vloga razviti načrt dela ob upoštevanju znanja in spretnosti skupine. Namenimo jim nekaj minut, da individualno razmislijo, kaj si želijo razviti, kakšen rezultat pričakujejo ob koncu delavnice oziroma treninga. Stole razporedimo v koncentrična kroga (enega v drugem), tako da ima vsak član partnerja. Najprej svoje ideje predstavijo člani v notranjem krogu, njim nasproti sedeče osebe v zunanjem krogu pa igrajo vlogo njihovega kritičnega prijatelja. Postavljajo jim ključna vprašanja, s katerimi bodo lahko pojasnili, kako bodo ideje uresničili. Po nekaj minutah razpravo prekinemo, učinkovito je tudi, če skupini pred tem omogočimo nekaj minut za ogrevanje. Nato člane v zunanjem krogu spodbudimo, naj se prestavijo za dva prostora bolj v desno. Pri tem ponovimo prejšnje korake, člani notranjega kroga zdaj svoje ideje predstavijo novemu partnerju in tako dalje. Pozneje vloge zamenjamo, tako da člani zunanjega kroga predstavijo svoje ideje članom notranjega kroga, ki prevzamejo vlogo kritičnega prijatelja. Prav tako se tudi skupina notranjega kroga presede za dva prostora bolj v desno, da lahko še člani zunanjega kroga pridobijo priložnost predstaviti svojo idejo drugemu partnerju.

RAZLIČICA

Vajo lahko izvedemo v manjših skupinah, v kateri so štiri člani. Eden izmed njih predstavlja svojo idejo, drugi pa prevzamejo vlogo kritičnega prijatelja.

KOMENTAR

Gre za medvrstniško podporo, ki pripomore k prepoznavanju izkušenj in znanj znotraj skupine ter k oblikovanju načrta dela. Metoda je uporabna v najrazličnejših fazah načrtovanja.

VIR



(5. 12. 2023)



TARČE ZA POMOČ PRI EVALVACIJI

CILJ

S člani skupine evalvirati poljuben vidik procesa dela.

NAMEN

Hitra in neverbalna evalvacija.

ČAS TRAJANJA

20 minut.

VELIKOST SKUPINE

Manjša skupina.

PRIPOMOČKI

Velik list papirja, pisala (različnih barv).

OPIS

Narišemo več tarč s poljubnim številom krogov. Vsaka tarča ponazarja en vidik delavnice, ki ga želimo evalvirati – npr. ali je delavnica članom dala kaj za razmisliti, ali jim je omogočala sodelovanje, ali so v njej uživali. Nato člani obseg npr. zadovoljstva z možnostjo sodelovanja izrazijo tako, da narišejo piko v posameznem krogu tarče – bližje ko je ta središču, zadovoljnejši so bili.

RAZLIČICE

Vajo lahko uporabimo tudi za vmesno evalvacijo delavnice ali treninga, da z njo preverimo, ali je bil proces dela do zdaj koristen, uporaben, razumljiv, zadovoljiv in ali spodbuja udeležbo. Tarčo lahko uporabimo tudi ob koncu dela, kot dopolnilo drugim orodjem vrednotenja.

Uporabimo lahko različne barve pisal, glede na spol ali starost članov skupine. Drugo obliko pik lahko izberemo za člane, ki prihajajo iz različnih organizacij.

Za otroke, ki bolj slabo vidijo, lahko iz vrvi pripravimo pajkovo mrežo, svojo oceno pa podajo tako, da vanjo pripnejo ščipalko.

KOMENTAR

Hitra evalvacija s pomočjo slikovnega gradiva zagotovi takojšen vpogled v to, kako se skupina počuti, hkrati pa anonimnost omogoča, da se nihče ne počuti izpostavljenega. Preštejemo lahko tudi, koliko pik je bilo zbranih v središčnem krogu.

Lahko ustvarimo fotografijo tarče in jo priložimo v poročilo o delu.

VIR



(5. 12. 2023)



STOL ZA POMEMBNO OSEBO

CILJ

Zagotoviti prispevek posameznega člana skupine.

NAMEN

Da udeleženci proslavijo uspeh in prepoznajo dosežke.

ČAS TRAJANJA

Odvisno od števila sodelujočih oseb.

VELIKOST SKUPINE

Manjša skupina.

PRIPOMOČKI

Stoli.

OPIS

Članom skupine povemo, da so prav vsi pomembni in pripomorejo k uspehu skupine kot celote. Povabimo jih, naj izmenično sedejo na t. i. stol za pomembno osebo. Medtem sedečemu članu vsi drugi zaploskajo in vzkliknejo, zavriskajo na ves glas. Sodelujoči lahko pove, kaj je pridobil s sodelovanjem v skupini in kaj je prispeval. Razmišlja tudi o tem, kako bo uporabil pridobljeno znanje, spretnosti, metode. Namesto tega lahko tudi drugi sodelujoči povedo, kaj mislijo, kako je oseba prispevala k skupini, ali je kdaj izrazila kaj takega, da je njih same spodbudila k razmišljanju, s čim jih je nasmejala ...

KOMENTAR

Metoda omogoča pozitiven zaključek delavnice in pripomore k utrjevanju znanja, predanosti, lahko poveča samozavest članov in njihov občutek samospoštovanja. Voditelj mora biti pripravljen dati pozitiven komentar skupine vsakemu članu, če preostala skupina ostane tiho.

VIR



(5. 12. 2023)

ČEBULNI PRIKAZ

CILJ

Med člani skupine raziskati, kako razmišljajo o sodelovanju v skupini in kaj so z njim pridobili.

NAMEN

Da udeleženci ugotovijo, kaj so se novega naučili.

ČAS TRAJANJA

Vsaj 30 minut.

VELIKOST SKUPINE

Manjša skupina.

PRIPOMOČKI

Večji listi papirja, pisala.

OPIS

Metoda je poimenovana čebulni prikaz, ker gre za pet krogov – zunanji po-nazarja tehnike, naslednji spretnosti, sledi razumevanje, nato vrednote, v sami notranjosti pa se je samospoštovanje, samozavest. Dober učinek lahko dosežemo, če smo skupini že na samem začetku s takšnim modelom prika-zali, kaj so želeni dosežki delavnice. Čebulni prikaz lahko ustvarimo na tleh, pri tem pa moramo paziti, da so krogi v njem dovolj veliki, da člani lahko stopijo v posameznega. Sodelujoče spodbudimo k refleksiji denimo o tem, katere nove tehnike so pridobili, s katerimi spretnostmi jih lahko uporabijo, kakšno je njihovo novo razumevanje. Člane skupine spodbudimo, da vsak posebej stopi v posamezni krog in izrazi, kaj se je naučil, kaj je pridobil. Zaželeno je, da to stori vsak izmed članov, vendar nikogar v to ne silimo.

RAZLIČICE

Čebulni prikaz lahko ustvarimo v večji različici, npr. na steni, tako da je vanj mogoče pisati. Kaj se je naučil, lahko pove tudi vodja skupine.

VIR



(5. 12. 2023)

RAZVIJANJE KLOBČIČA

CILJ

Med člani skupine na ustvarjalen način spodbujati razmišljanje o temi, opredeljeni v skupini.

NAMEN

Da se sodelujoči sprostijo in spoznajo določeno temo.

ČAS TRAJANJA

30 minut.

VELIKOST SKUPINE

5–10 oseb.

PRIPOMOČKI

Različno dolge raznobarvne vrvce, zvite v klobčič.

OPIS

Vodja skupine izbere temo in sodelujoči si morajo izmisliti zgodbo, povezano z njo. Če je skupina večja, lahko sodeluje le nekaj predstavnikov, drugi pa imajo vlogo opazovalcev in lahko sami izberejo temo. Potem ko je ta znana, vodja vrže klobčič enemu od igralcev. Njegova naloga je, da iz klobčiča čim hitreje odmoti eno od niti. Medtem mora pripovedovati zgodbo. Ko nit odvije, poda klobčič naslednjemu. Igra traja, dokler ne zmanjka niti. Paziti moramo, da se člani skupine ne oddaljijo od teme in da je pripovedovanje preprosto, zanimivo in napeto.

RAZLIČICA

V manjši skupini lahko sodelujejo vsi. Ni nujno, da gre klobčič po vrsti od enega člana do drugega, lahko si ga podajamo tudi izmenično, križem krajem.

KOMENTAR

Niti naj bodo med seboj trdno prepletene, da ni mogoče na hitro razdreti klobčiča, sicer igra izgubi smisel. Posamezne niti naj bodo dolge 1–5 metrov.

VIR

Pinoso, R. (ur.) (1994). *Igrajmo se* (zbirka 15). Ljubljana: Katehetski center, Knjižice.

PREDSTAVLJANJE V PARU

CILJA

Spoznavanje članov skupine med seboj in ustvarjanje zaupnega in varnega prostora za sodelovanje.

NAMEN

Da udeleženci premagajo začetno tremo pred veliko skupino in se vključijo vanjo.

ČAS TRAJANJA

20 minut.

VELIKOST SKUPINE

Vsaj 5 oseb.

PRIPOMOČKI

Vrvice, dolge 1 m.

OPIS

Vodja skupine v roki drži polovico manjše število niti, kot je udeležencev. V pesti naj bodo med sabo prepletene tako, da udeleženci ne morejo videti posameznih niti. Vsak prime en konec niti in tako se ustvarijo pari. Namenimo jim dovolj časa, da se predstavijo drug drugemu in za pogovor v dvoje. Sogovornika nato predstavi drug drugega celotni skupini. Člane spodbudimo, naj se v dvojkah pogovarjajo tudi o npr. veselju, problemih, načrtih, bojaznih.

KOMENTAR

Igra je še posebej primerna za prvi stik.

VIR

Pinosa, R. (ur.) (1994). *Igrajmo se* (zbirka 15). Ljubljana: Katehetski center, Knjižice.

OSEBNI KROG INTERESNIH PODROČIJ

CILJ

Raziskovanje interesnih področij posameznega člana skupine.

NAMEN

Da se udeleženci zavedo, kako uporabljajo čas, in ugotovijo, kako bi čas bolje načrtovali.

ČAS TRAJANJA

30 minut.

VELIKOST SKUPINE

Vsaj 5 oseb.

PRIPOMOČKI

Listi papirja, svinčniki.

OPIS

Sestavimo podskupine, najbolje naključno, s po štirimi udeleženci. Vsak član dobi svinčnik in list papirja in nanj nariše večji krog. Razdeli ga na interesna področja, ustrezno času, ki ga uporablja za posameznega med njimi – npr. študij, zabava, delo, prijatelji. Za ta del naloge sta potrebna predvsem zbranost in mir, zato podskupine spodbudimo, naj to opravijo individualno, molče. V drugem delu naloge posamezni člani podskupine predstavijo drug drugemu svoje interesne kroge. Medtem lahko vsakdo postavi svoje vprašanje. Člani se pogovorijo, ali so zadovoljni s svojo porazdelitvijo časa, čemu bi želeli nameniti več časa, čemu manj, kje vidijo težave ipd.

VIR

Pinoso, R. (ur.) (1994). *Igrajmo se* (zbirka 15). Ljubljana: Katehetski center, Knjižice.

POGOVOR NA VLAKU

CILJ

V problemski situaciji raziskati različne poglede, nazore.

NAMEN

Da udeleženci opazujejo drugega, argumentirajo, se vživljajo v drugega.

ČAS TRAJANJA

30 minut.

VELIKOST SKUPINE

9–30 oseb.

PRIPOMOČKI

Po potrebi listi papirja in pisala za opazovalce.

OPIS

Na vlaku se znajdeta dva, ki gledata različno na isti problem. Primerne so vse polemične teme. Pogovor med njima naj traja 5–10 minut. Vsak par naj ima opazovalca, ki si zapisuje točke pogovora, naj bo pozoren na njun odnos. V času, ko se sogovornika pripravljata na to, kako se bosta pogovarjala, in izbirata temo pogovora, naj da vodja navodila opazovalcem. Opazovalec ne sme spregovoriti nobene besede, nikakor se ne sme odzivati s smehom ali kakšnimi drugimi znaki, ki bi kazali na to, da nekaj odobrava ali da je proti. Biti mora kot kamera, ki snema vse, kar se dogaja. O vsem, kar se je par pogovarjal, mora opazovalec poročati vsem v skupini. Predvsem naj to strne v posamezne trditve za in proti. Govori naj tudi o svojih občutkih, ko je poslušal pogovor – kako se je počutil, kako bi se sam odzval na posamezno trditev in kako se je odzival vsak od sogovornikov.

VIR

Pinosa, R. (ur.) (1994). *Igrajmo se* (zbirka 15). Ljubljana: Katehetski center, Knjižice.

KARTE Z VPRAŠANJI

CILJI

Sprostiti začetno ozračje v skupini, omogočiti spoznavanje članov skupine med seboj in povečati njihovo medsebojno zaupanje.

NAMEN

Da člani premagajo strah.

ČAS TRAJANJA

Odvisen od števila igralnih kart z nalogami.

VELIKOST SKUPINE

Vsaj 7 oseb.

PRIPOMOČKI

Karte z vprašanji.

OPIS

Pripravimo kartončke v obliki igralnih kart, na vsakega zapišemo nalogo. Člani skupine po vrsti, z zaprtimi očmi, povlečejo en kartonček in izpolnijo nalogo, ki je določena na njem. Tako se člani sprostijo, se med seboj bolje spoznajo, ob igri pa se učijo izražati svoja občutja, vtise in prepričanja. Strah se umika (samo)zaupanju.

Nekateri predlogi za naloge:

- Imenuj soigralca, s katerim se čutiš miselno in čustveno povezan. Razloži, zakaj.
- Poročaj o nečem, kar si storil in česar se še danes sramuješ ali si očitaš.
- Povej, s katerim izmed članov skupine si imel najmanj stikov, in zakaj.
- Povej, v kakšnih primerih bi se lahko počutil osamljenega.
- Imenuj tri svoje lastnosti, ki si jih želiš izboljšati.
- Poročaj soigralcem, kaj bi v življenju rad dosegel.
- Razloži soigralcem, česa te je strah in zakaj.
- Povej soigralcu, v čem si mu podoben.
- Razloži soigralcem, v kakšni družbi se počutiš res dobro.
- Glej soigralcu tako dolgo v oči, dokler se ne začne smejati. Zakaj meniš, da se je začel smejati? Če je smeh prvi premagal tebe, povej, zakaj.

KOMENTAR

Igra je primerna za vse starostne skupine, vendar z izbranimi vprašanji. Dolžino lahko poljubno prilagajamo. Če menimo, da bi bila določena naloga za nekoga v konkretni skupini prezahtevna, lahko karto izločimo ali jo nadomestimo s katero drugo.

VIR

Pinosa, R. (ur.) (1994). *Igrajmo se* (zbirka 15). Ljubljana: Katehetski center, Knjižice.



ELEKTRIZIRANJE

CILJA

Izboljšati sodelovanje in povezovanje med člani skupine in jih razbremeniti.

NAMEN

Da se skupina sprosti in pripravi na nadaljnjo delo.

ČAS TRAJANJA

Vsaj 15 minut.

VELIKOST SKUPINE

Največ 20 oseb.

PRIPOMOČKI /

OPIS

Člani skupine sedijo v krogu. Vodja igre je "stikalna postaja", ki pošilja električne "impulze" skozi "krogotok". To naredi tako, da desnemu sosedu krepko stisne roko. Pritisk, sprejet z levico, mora ta takoj posredovati naprej z desnico. Čim hitreje, kot se prenaša v krogu ta stisk roke, tem bolje. Potem ko zadovoljivo opravimo prve poskuse, lahko postane bolj zapletena – impulzi si sledijo vse hitreje, nazadnje pa vodja igre sproži "telegraf s stiskanjem rok" na desno in levo hkrati. Po času, ki preteče med oddajo in prevzemom impulza, lahko vodja igre presodi, ali so vsi pazili ali pa je nekje v krogu "motnja v napeljavi".

VIR

Gööck, R. (1991). *Velika knjiga iger: 1000 iger za staro in mlado*. Ljubljana: Cankarjeva založba.

PSIHOTEST

CILJ

Preveriti, kako dobro se člani skupine poznajo med seboj.

NAMEN

Da se člani skupine bolje spoznajo in povežejo.

ČAS TRAJANJA

Odvisen od števila pripravljenih vprašanj.

VELIKOST SKUPINE

Število oseb ni omejeno navzgor, a mora biti parno.

PRIPOMOČKI

Listi papirja, pisala.

OPIS

Vodja igre pripravi 15–20 vprašanj, na katera je mogoče odgovoriti z da ali ne. Zanimiva so predvsem vprašanja, ki iz posameznika izvabijo nedvoumno stališče do kočljivih vsakdanjih problemov – npr.: "So moški večino ma inteligentnejši od žensk?", "Če ste povabljeni k prijateljem na večerjo, velikokrat poveste, kaj vam ne gre v slast?", "Bi radi živeli na samotnem otoku?". Glede na sestavo udeležencev se lahko omejimo na vprašanja z določenega področja, npr. družina, šola, poklic, prosti čas ...

Vodja igre bere vprašanje za vprašanjem. Vsakdo na list papirja zapiše a) svoj odgovor in b) odgovor, ki ga pričakuje od partnerja. Primerjajte, kdo pozna svojega partnerja najbolj in kdo najmanj.

RAZLIČICE

Igro lahko nadaljujemo tudi tako, da gre eden od udeležencev ven. Vodja igre prebere vprašanje, člani skupine pa povedo, kaj bi po njihovem mnenju odgovoril član, ki je pred vrati. Vodja si zapiše odgovor vsakega člana. Potem soigralca pokličejo nazaj v sobo, da pove svoj odgovor. Na koncu, po več anketah, vodja izračuna, kdo je največkrat odgovoril pravilno, in mu podeli priznanje "najboljši poznavalec ljudi".

VIR

Gööck, R. (1991). *Velika knjiga iger: 1000 iger za staro in mlado*. Ljubljana: Cankarjeva založba.



Priročnik vsebuje ideje za ledolomilce, dejavnosti za krepitev tima in energizatorje. Uporabite jih lahko pri delu prek spleta in na lokaciji. Dejavnosti pomagajo članom skupine, da lažje premagajo začetno tremo, oblikujejo vezi in postanejo tim.

