

DELIMO V KROGU



TRAJANJE:
30 do 75 minut
(odvisno od
velikosti skupine)

STAROST
UDELEŽENCEV:
14+

VELIKOST SKUPINE:
6 do 25

KATEGORIJAH:
V NARAVI
SPRETNOSTI
ZNANJE
SKUPINSKO

PRIPOMOČKI:

Govoreči predmet

- Predmet iz narave, ki si ga podajamo v krogu, sveča, oltar.
- Simbolično mesto v sredini kroga, na katerega postavimo svečo in druge predmete iz narave v bližini (mesto oltarja lahko označimo s kosom blaga ali šalom, da izgleda kot nekaj posebnega), blazine/podloge za udobno sedenje.

NAMEN:

Ustvariti intimen trenutek za vse udeležence in ojačati občutek bližine v skupini, povzeti učni proces, preveriti, kako se udeleženci počutijo, deliti globoke uvide in refleksije.

OPIS IZVEDBE:

Delimo v krogu (The Way of council) je način komuniciranja, ki izvira iz mnogih domorodnih kultur in tradicij. Ljudje so si v krogu s simboličnim središčem (oltar z naravnimi predmeti in svečo) delili osebne zgodbe, občutja, ideje. Kadar koli ena oseba govori, ostali pozorno poslušajo. Govoreči predmet (predmet iz narave, ki si ga podajamo v krogu) potuje od osebe do osebe in vsaki da priložnost, da spregovori. Ena oseba (najbolje, da vodi aktivnosti) mora začeti in zaključiti proces, predstaviti pravila in skrbeti za čas. To je tudi edina oseba, ki lahko govori, poleg tiste, ki drži govoreči predmet.

Uvodoma je treba predstaviti in nato slediti nekaterim pravilom:

1. Kar si povemo v krogu, ostane v krogu. Glede na to, da ljudje delijo osebne zgodbe in globoke refleksije, je pravilo zaupnosti zelo pomembno.
2. Povej ali preskoči. Udeležence povabimo, da delijo, vendar jih v to ne prisilimo. Kadarkoli nekdo dobi govoreči predmet, se lahko odloči, da spregovoril, ali pa zadrži predmet za trenutek v svojih rokah in ga prijazno poda naslednji osebi.
3. Tema. Vodja predlaga glavno temo ali vprašanje na začetku in prosi udeležence kroga, da ji sledijo. Možna vprašanja so lahko:
 - Kaj nosiš v srcu?
 - Zakaj si tukaj?
 - Kakšne spremembe želiš videti v svetu?
 - Kaj so tvoji strahovi in kaj ti daje pogum?



4. Časovnica. Pomembno je skrbeti za čas. Nekateri ljudje niso pripravljeni deliti, drugi so pripravljeni deliti veliko, zato je pomembno, da vsak dobi enako dolgo priložnost, da govori. Dobro je, da na začetku določite, kako dolgo ena oseba lahko govori. To je lahko 2 minuti (z veliko skupino) do 10 minut (z zelo majhno skupino).

5. 4 nameni. Pravila, ki omogočajo, da se proces deljenja poglobi.

- Govorjenje iz srca (deljenje pomembnih, osebnih zgodb).
- Poslušanje iz srca (poslušanje s polno pozornostjo in empatijo, brez sodb).
- Spregovoriti o bistvu (deliti najpomembnejši del zgodbe, ki ni predolg).
- Spontanost (brez pripravljanja na to, kaj bomo rekli, ampak spregovoriti o tem, kar se nam zdi, ko smo na vrsti).

DODATNO:

To aktivnost lahko izvajajo samo izkušeni trenerji/vodje, ki že imajo izkušnjo ustvarjanja prostora, v katerem lahko ljudje delijo globoka spoznanja oziroma zgodbe.

To je lahko tudi zelo čustven proces, zato je pomembno biti pripravljen na to, da se ljudje odprejo in pokažejo močna čustva, npr. jok. Nujno je ustvariti varen prostor za deljenje, hkrati pa dati ljudem možnost, da gredo skozi svoj osebni, čustveni proces brez neposredne reakcije. Če se situacija precej zaplete, je pomembno, da je prisotna še ena oseba (najbolje drug trener oz. vodja), ki lahko osebo, ki občuti močna čustva, povabi na stran, ji nudi podporo ter se z njo po potrebi pogovori.

