

# CITATI ZA INSPIRACIJO



## PRIPOMOČKI:

Kartice za refleksijo, razglednice, slike iz revij ali Dixit kartice s slikami narave z inspirativnimi citati napisanimi/natisnjenimi/nalepljenimi na kartice.

## NAMEN:

Podpora procesu samorefleksije, učenje izražanja čustev, evalvacija učnega procesa.

## OPIS IZVEDBE:

Vse kartice položite na mizo ali na tla tako, da so vidne vsem udeležencem. Prosite vsakega člana skupine, da poišče in vzame eno ali dve kartici s citati, ki najbolje predstavljajo njihova občutja in refleksije o izkušnjah (npr. udeležba na treningu ali na celotnem projektu).

Vprašajte udeležence, kdo želi pokazati kartico skupini, prebrati citat in povedati, zakaj so izbrali to kartico, še, kako je povezana z njimi.

## DODATNO:

Če je skupina velika, je dobro poskrbeti za časovno omejitev (npr. 2 minuti na osebo), da poskrbimo, da vsi dobijo priložnost, da se izrazijo. To je pomembno tudi zaradi ravni koncentracije v skupini – več kot je ljudi, težje je ohraniti pozornost vseh do konca procesa.

V nekaterih skupinah se lahko zgodi, da bodo udeleženci zelo ganjeni med procesom deljenja. Poskrbeti je treba za varno in zaupno okolje ter sporočiti udeležencem, da so vsa čustva dobrodošla.

Nadgradnjo aktivnosti bi lahko predstavljala aktivnost (ločene) delavnice, na kateri bi ustvarili svoje kartice. Vsak lahko predlaga en citat in sliko, ki jim je všeč, in skupaj lahko pripravijo kartice, ki jih uporabljajo v prihodnje.

Predlagani citati, ki jih lahko uporabite na karticah:

- »Poglej globoko v naravo in vse boš bolje razumel.« Albert Einstein
- »Kamorkoli greš, ne glede na vreme, vedno prinesi s sabo svoje sonce.« Antony J. D'Angelo
- »Kako plezaš na goro je pomembneje od tega, da dosežeš vrh.« Yvon Chouinard
- »Cilj brez načrta je samo želja.« Antoine de Saint-Exupery
- »Čez eno leto si boš morda želel\_a, da bi začel\_a danes.« Karen Lamb

TRAJANJE:  
15 do 45 minut  
(odvisno od  
velikosti  
skupine in  
pripravljenost  
deliti)

STAROST  
UDELEŽENCEV:  
12+

VELIKOST SKUPINE:  
4 do 20

## KATEGORIJAH:

V NARAVI  
V URBANEM  
OKOLJU  
TIMSKE  
AKTIVNOSTI  
REFLEKSIJA  
SKUPINSKO

