

ОСНОВНІ ДОМОВЛЕНОСТІ ПІД ЧАС ОБГОВОРЕННЯ ТЕМИ НЕНАЛЕЖНОЇ ПОВЕДІНКИ



СИТУАЦІЯ

Створення безпеки в групі шляхом укладання домовленостей



УЧАСНИКИ

Різна кількість



МАТЕРІАЛ

Дошка та маркери



ЧАС

10 хвилин

ЦІЛЬ

- Створення безпечного простору, в якому хатні робітниці можуть вільно висловлювати свої думки та почуття



ПОСЛІДОВНІСТЬ

Тренер:

1. Записує слова в першому стовпчику на дошці.
2. Проговорює слова по черзі, підкреслюючи їхнє значення для майбутньої розмови.
3. Запитує, чи все зрозуміло і чи всі з цим згодні.

Конфіденційність	Особиста інформація є конфіденційною і залишається в межах групи.
Форма «я»	Ви розповідаєте про себе, свої почуття, досвід і погляди. Будьте відкриті і чесні.
Різниця	У кожного свої межі. Те, що одна людина вважає нормальним, для іншої може бути зовсім іншим. Неналежна поведінка для кожного своя. Ці відмінності можна назвати, але їх не можна засуджувати.
Вибирайте	Вибирайте, що ви хочете, а що не хочете говорити. Те, про що ви не хочете говорити, не обов'язково говорити. Коли ви щось говорите, переконайтеся, що ви говорите чесно і щиро.
Активність	Беріть активну участь у дискусіях у групі. Якщо ви говорите про свої думки та почуття, іншим людям теж буде легше це робити. Активно ділячись, ви запрошуєте інших людей робити те саме.
Слухайте	Важливо слухати. Коли ви слухаєте, ви не тільки мовчите, поки хтось говорить, але й підлаштовуєте свою мову тіла. Пам'ятайте про це, коли говорить хтось інший.
Смійтеся	Гумор - це важливо. Іноді він може допомогти висловити складні речі. Або ви можете використовувати його, щоб розрядити атмосферу навколо теми. Висміювання є неприйнятним.