

Вправа ID

ВИБЕРІТЬ ТАБІР



СИТУАЦІЯ

Комунікація: говоримо про почуття, висловлюємо розчарування, смуток, злість тощо.



УЧАСНИКИ

Щонайменше 6 учасників – можлива різна кількість



МАТЕРІАЛ

- **Додаток 1:** Приклади ситуацій до кожної теми - надрукувати один раз
- Великий навчальний простір
- **Додаток 2:** Що я можу зробити?
- Соціальна карта по провінціях
[Провінційна соціальна карта | Vorm DC \(vorm-dc.be\)](http://vorm-dc.be)



ЧАС

30 хвилин

ЦІЛІ

- Поділитися, що ви відчуваєте в тій чи іншій ситуації
- Визначати власні почуття
- Наважитися/вміти висловлювати власні почуття
- Відчути рівність між колегами через обмін досвідом

Зверніть увагу: для груп, **які відчувають себе в безпеці**, ми використовуємо наведену нижче методологію.

Вправа 1D



ПОСЛІДОВНІСТЬ

Тренер:

- Створює 3 (потенційно 4) табори, розвішуючи вказані нижче речення в різних місцях:
 - «Нічого страшного» - я роблю те, що мене просять, не реагуючи..
 - Мені це неприємно, мені не подобається те, про що мене просять, і я не хочу говорити про це з клієнтом..
 - Це абсолютно не нормально. Я перестану працювати на цього клієнта і піду в офіс. Я хочу поговорити з начальником.

D (необов'язково): коли ви хочете навчити групу більше про серйозні неприйнятні ситуації.

D. Я звернуся з цим до поліції/прокуратури тощо.
 - Зачитує вголос групі випадкові приклади ситуацій (**додаток 1**).
 - Пропонує кожному учаснику оцінити ситуацію і вибрати табір, ставши поруч з відповідним твердженням.
 - Після кожної ситуації ви можете провести (короткі) дискусії з учасниками в групі або індивідуально і розглянути її глибше.
 - За бажанням учасники можуть поділитися особистими історіями.
 - Може надавати додаткові поради або додаткові пояснення групі.
- «Що я можу зробити?» (див. **додаток 2** та посилання на соціальну карту Vorm DC).