



8.3 Usalduse ja enesehinnangu loomine

Märkus

Järgnevad harjutused on grupi usalduse, teadlikkuse, koostöö ja kindlustunde loomiseks ja seetõttu nõuavad need suurt keskendumist. Neid harjutusi tuleb tutvustada ja läbi viia väga ettevaatlikult nii, et osalejad teaksid, mis on nende ülesannete eesmärk. Kõige tähtsamaks peab olema kõigi osalejate turvalisus.

TUUL PAJUOKSTES

Etappide kirjeldus

1. Kogunege tihedalt ringi. Üks osaleja läheb ringi keskele. Ta sulgeb silmad ja laseb oma kehal vabalt ja sirgelt kukkuda ning teised püüavad ja toetavad teda. (Toetajad sirutavad käed ette ning seisavad üks jalg natuke eespool ja põlvest natuke kõverdatud.)
2. Alguses peaks grupp hoidma käsi ringi keskpunkti lähedal koos niimoodi, et kukkuja kohe ei tunneks, et nad tema järele sirutavad ja teda püüdma hakkavad. Kui kindlustunne kasvab, võib grupp ringis natukene kaugemale nihkuda.
3. Andke kõigile kordamööda võimalus ringi keskel seista.
4. Hoolitsege selle eest, et oleks piisavalt inimesi, kes suudavad teisi hoida, eriti kui keskel on raskem inimene.

SEOTUD SILMADEGA JOOKSMINE

Etappide kirjeldus

1. Pange kõik osalejad ruumi ühte otsa seisma.
2. Ühel neist seotakse silmad kinni ja ta seisab ruumi teise otsa. Ta jookseb ruumi teisest otsast grupi suunas.
3. Grupp peab olema valmis jooksja pehmelt kinni püüdma.
4. Grupp peaks seisma poolringis ja hüüdma „stopp” enne, kui jooksja jõuab ruumi teise otsa ja ta jookseb aeglustub.
5. Julgustage osalejaid jooksma võimalikult kiiresti seni, kuni grupp hüüab „stopp” ja usaldama kaaslast. Uskuma, et nad tõepoolest ei lase tal vastu seina joosta.



USALDA END MEIE KÄTESSE

Eesmärk

See harjutus toimib hästi väikese noortegrupiga, kellega te olete juba varem koos töötanud. See on heaks alustuseks vestlusele, mis puudutab suhete, sõpruse ja usalduse teemat. Eemärgiks on lasta grupi liikmetel kogeda, kuidas on olla nii usaldatava kui ka usaldaja rollis. Harjutus julgustab neid mõtlema selle üle, kuidas nende enda tegevus teisi mõjutab ja kuidas on tunne vastupidisel juhul.

Vahendid

Hästituntud piirkond, kus noored saavad kindlaks teha takistuse (takistusala), mida tuleb liikumisel arvestada.

Sall silmade sidumiseks

Grupi suurus

Kuni 12 inimest

Aeg

Erinev, sõltub osalejate arvust

Etappide kirjeldus

1. Paluge noortel valida enda seast keegi. Kui te näete, et kedagi sunnitakse vabatahtlikuks hakkama, siis valige ise üks isik. Selgitage, et ülesande eesmärgiks on julgustada mängijaid üksteist usaldama ning vastutama nii enda tegude eest kui ka teiste turvalisuse eest. Öelge neile, et kui nad ükskõik millisel harjutuse hetkel peaksid end ebamugavalt tundma, siis tuleb seda öelda ja grupi tegevus peatatakse.
2. Paluge vabatahtlikul ette astuda ja siduge ta silmad salliga kinni. Kontrollige, et ta ei näeks ja paluge tal kirjeldada, kuidas ta ennast tunneb.
3. Juhtige kinniste silmadega vabatahtlik ruumis eelnevalt välja valitud kohta. Valige teine grupi liige, kes juhendab vabatahtliku takistustest mööda. Selgitage, et ülejäänud grupi ülesandeks on toetada kinniseotud silmadega noort. Aidake kaasa, kui noored üritavad juhendada. Paluge neil kirjeldada oma tundeid, eriti siis, juhtija rollis oleva noore tähelepanu hajub ja ta muutub juhiste andmisel lohakaks. Siis vahetage osad.
4. Teine võimalus on paluda grupil töötada paarides ja teha see harjutus läbi nii, et noored on kordamööda juhtija ja juhitava rollis.

Analüüs ja hindamine

Kui kõik on saanud korra proovida, paluge grupilt tagasisidet. Mis tunne oli teisest inimesest sõltuda? Kas oli parem juhtida või olla juhitud? Kas võimalus ise partnerit valida muutis asja? Mis tunne oli saada vale informatsiooni? See osa võib võtta niipalju aega, kui soovite. Aeg sõltub sellest, millise ala te liiklemiseks valisite.



SASIPUNDAR

Eesmärk

See meeskonnaharjutus on heaks viisiks alustada arutelu usaldusest ja sõprusest ning julgustada noori töötama koos grupi poolt seatud ühiste eesmärkide nimel.

Vahendid

Puuduvad

Grupi suurus

8 või enam

Aeg

20 minutit

Etappide kirjeldus

1. Paluge grupi liikmetel seista kõrvuti ringis nii, et nad ei puudutaks üksteist.
2. Paluge, et noored võtaksid kahel ringis oleval grupi liikmel kätest kinni, kuid mitte enda kõrval olevatel inimestel. See on palju raskem, kui algul tundub!
3. Andke neile 10 minutit aega, et kõik oleksid kaasatud, keegi ei viiliks kõrvale ja kõik hoiaksid kätest kinni kahel inimesel.
4. Kui kõik on omal kohal, paluge seda poosi hoida ja vaadata, mis kuju grupp on moodustanud.
5. Siis seadke noortele ülesandeks selle puntra lahtisõlmimine ja ringi taasmoodustamine ilma käsi lahti laskmata!
6. Lõpuks peaks kogu grupp olema tagasi ringis ehkki nad ei pea tingimata näoga kõik ühes suunas olema!

Analüüs ja hindamine

Kuigi see harjutus on mõeldud soojendusharjutuseks, on kasulik grupilt pärida, mida nad sellest kogemusest arvavad. Kas see oli mugav? Mis tunne oli teistele inimestele nii lähedal olla? Seda võib kasutada sissejuhatusena isikliku ruumi ja kultuuriliste erinevuste teemale.





ENESEHINNANG – KUI TÄHTIS ON TUNDA END HINNATUNA

Eesmärk

Noorte enesehinnangu jaoks on oluline, et nad tunneksid end hinnatuna nende inimeste poolt, kellest nad hoolivad ja tunneksid, et hindavad end ise. Selle tunde puudumine võib viia frustratsioonini ja agressiivse käitumiseni. See workshop on kavandatud sissejuhatuseks positiivse enesehinnangu kujundamiseks.

Vahendid

Töölehed TUNDES END HINNATUNA

Kirjutusvahendid

Grupi suurus

Pole oluline

Aeg

Minimaalselt 1 tund

Etappide kirjeldus

1. Alustage enesehinnangu ja endaga rahulolemise teema tutvustamist. Jagage laiali töölehed ja kirjutusvahendid. Kui te teate, et noorel on raskusi lugemise ja kirjutamisega, siis lugege leht ise ette ja kasutage pilte või kirjutage ise nende vastused üles.
2. Aidake, kui noored mõtisklevad töölehel tõstatatud teemade üle. Kui nad ütlevad, et ei oska midagi kirjutada, paluge neil mõelda viimasele korrale, kui nad tundsid ennast õnnelikuna või armastatuna. Siis saate küsida lisaküsimusi, et teemat laiendada ja sellest rääkida.

Analüüs ja hindamine

Kui tööleht on täidetud, vaadake kirjutatu koos noortega üle. Paluge neil selgitada just viimases osas antud vastust. Näiteks võib noor inimene kirjutada, et tunneb end hinnatuna siis, kui ema teda kiidab ja selleks võib ta „pigem lihtsalt minema kõndida, kui vend tüli kisub, mitte aga vanda vastu lüüa, sest see ärritaks ema“. Koostage koos noortega eesmärkide saavutamise tegevuskava. Vaadake sõlmitud kokkulepped regulaarselt üle ning tähistage saavutusi ja seadke uued eesmärgid.



Tööleht TUNDES END HINNATUNA!

SEE OLEN MINA

Viimane kord tundsin end hin-
natuna, kui

See pani mind tundma end

.....

Inimesed, kes sisendavad mulle head enesetunnet on

.....

sest

Ma näitan neile, et olen õnnelik sellega, et

Asjad, mis sisendavad mulle head enesetunnet, on

1.

2.

3.

Asjad, mis aitavad mul seda saavutada, on

1.

2.

3.



KÕIK OSKAVAD MIDAGI – KUIDAS MÕÕTA ISIKUOMADUSI?

Eesmärk

Seda harjutust tuleks pikemal koolituskursusel kasutada kaks korda - alguses ja lõpus. Eesmärgiks on teadvustada inimestele nende oskusi ja seda, mida nad veel teha ei oska.

Vahendid

Pikk pabeririba (5-10 meetrit), millele on joonistatud skaala numbritega 1-st kuni 10-ni.

Grupi suurus

6-30

Aeg

Kaks korda 20 minutit ja analüüsiks kuluv aeg (eriti pärast teist korda).

Etapptide kirjeldus

1. Selgitage osalejatele, et skaala on nende isiklike võimete ja oskuste näitamiseks. Lisage, et kõik osalejad peavad ausalt enda kohta otsustama/näitama, kas harjutuses nimetatavaid oskusi on neil vaja veel õppida (skaalal 1) või on nad neil juba täiesti olemas (skaalal 10). Selgitage ka seda, et harjutust korratakse koolituse lõpus, et näha, kas on toimunud mingeid muutusi. Ja kas need muutused on toimunud seetõttu, et inimesed õppisid midagi juurde või avastasid hoopis oma peidetud oskusi, mille olemasolust nad veel teadlikud polnud. Tehke selgeks ka see, et kedagi ei mõisteta hukka selle tõttu, kus nad seisavad ja et harjutus on peamiselt nende enda jaoks.
2. Esitage grupile väide ja paluge kõigil skaala näitude juures kohad sisse võtta. Kui nad on väitega täiesti nõus, peavad nad minema 10 juurde ja kui see ei käi üldse nende kohta, siis 1 juurde. Nad võivad otsida koha ka nende arvude vahel.
3. Paluge mõnel grupi liikmel oma asukohta põhjendada/selgitada, aga ärge sundige kedagi, kes seda ise ei soovi.
4. Korrake harjutust teiste väidetega.
5. Koolituse lõpus korrake harjutust ja küsige osalejatelt, kas esimesest harjutusest möödunud aja jooksul on midagi muutunud.

Väited, mida võiks kasutada:

- Ma oskan hästi koostööd teha
- Ma olen sündinud juht
- Ma oskan hästi tagasisidet anda
- Ma oskan hästi tagasisidet vastu võtta
- Ma oskan hästi inimesi aidata
- Ma olen innovatiivne ja ma tulen alati uute ideedega lagedale.
- Ma olen väga kannatlik
- Ma oskan hästi auditooriumi ees kõneleda
- Ma oskan hästi planeerida
- Ma olen hea huumorimeelega

Analüüs ja hindamine

Kas esimese korraga võrreldes muutus teie asukoht palju?

Kas te saite juurde teatud oskusi?

Kas oli valdkondi, milles te ennast alahindasite?

Kas oli valdkondi, milles te hindasite ennast üle?

Kas te saite rohkem teada enda või teiste kohta?

Kas sinu jaoks oli (vajaduse korral) skaalal madalamale astumine raske?



8.4 Konflikti juhtimine

KIRI TULNUKALE: KONFLIKT ON...?

Eesmärk

See on harjutus suurele grupile. Uuritakse sõna konflikt tähendust. Eesmärgiks on selgitada, mida me selle sõna all mõtleme. Harjutus aitab leida grupisiseseid vastuseid ja õpetab tegema koostööd ühise definitsiooni leidmiseks.

Vahendid

Suur paberileht

Kirjutusvahendid

Grupi suurus

12-20

Aeg

35 minutit

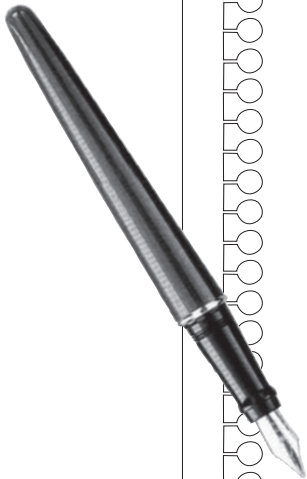
Etappide kirjeldus

1. Jagage suur paberileht tulpadeks, millest igaühe pealkirjaks on üks tähestiku täht. Selle harjutuse jaoks valige tähed A-st kuni H-ni.
2. Paluge osalejatel teha individuaalne ajurünnak ja panna kirja konfliktiga seotud sõnu. Igaüks peaks mõtlema vähemalt ühe sõna iga tähe alla (näiteks A – agressiivne, B - brutaalne). Eelnevalt valitud kirjapanija kirjutab sõnad üles nii nagu grupi liikmed neid hüüavad. Iga osaleja võib ka ise oma sõna tabelisse lisada. Harjutuse selles etapis ei ole vaja arutleda, miks teatud sõnad valiti. (5 minutit)
3. Kui tabel on täidetud (hea, kui selleks on ette nähtud kindel aeg), võivad osalejad üksteisele sõnade kohta küsimusi esitada – mida need sõnad tähendavad, kuidas on nad seotud konfliktiga jne. Kuid ärge lubage neil valikuid kritiseerida. (3 minutit)
4. Osalejad jagunevad paaridesse või kolmestesse gruppidesse ja valivad tabelist ühe tähe. (Hea oleks, kui kõigil gruppidel oleks erinevad tähed). Nende ülesanne on koostada lühike teade/sõnum tulnukale, kes ei ole kunagi kuulnud, mis on konflikt ja selgitada talle selle olemust. Iga grupp kasutab ainult neid sõnu, mis on nende valitud tähe all. Seejärel nad tutvustavad oma selgitust teistele grupi liikmetele. (10 minutit)
5. Jagades osalejad uutesse neljastesse või viiestesse gruppidesse paluge neil välja mõelda lühike lõvv definitsioon sõnale konflikt. Alustada võiksid kõik nii: „Konflikt on...”. Laske igal grupil leida ise loov viis oma definitsiooni esitamiseks. Nad võivad kasutada ka stseene või „liikumatu pilti” ja kaasata esitlusesse kõik inimesed. Ettekannete puhul on vaja lisaega. (10 minutit)

Analüüs ja hindamine

Kui kõik on koos tagasi suures grupis, paluge osalejatel ükshaaval jutustada oma kogemust grupiliikmetega suhtlemisel. Kuidas grupp oma kirja tulnukale kirjutab? Kuidas jõudis grupp definitsiooni osas üksmeelele? Kas kellegi teise definitsioon üllatas? Kas oli lihtne leida sõnale „konflikt” lühikest ja tabavat definitsiooni? Küsimusi, mida võiks esitada, on veelgi. Kas nad õppisid selles harjutuses midagi konfliktide kohta? Kas nüüd on see sõna arusaadavam? Kas nende arvates on mõni äärmiselt oluline aspekt välja jäetud? (7 minutit)





MIS TUNNE SEE ON?

Eesmärk

See harjutus julgustab noori tuvastama, kuidas nad end erinevates olukordades tunnevad ja julgustab neid otsima lahendusi, mis ei viiks ei pinge ega agressiivsuseni. See on mõeldud toetama noori oma tunnete kirjeldamisel ja probleemide analüüsimisel ning leidma potentsiaalseid viise nendega toimetulekuks.

Vahendid

Tööleht MIS TUNNE SEE ON?, mis on volditud nii, et paistab ainult esimese situatsiooni kirjeldus.

Grupi suurus

Pole oluline

Aeg

1 tund

Etappide kirjeldus

1. Vestlust alustades rääkige erinevatest tunnetest, mida me kogeme. Pakkuge välja mõte, et mõnikord need tunded mõjutavad viisi, kuidas me olukorra lahendame. Kuid võib ka juhtuda, et me tõlgendame oma tundeid valesti, seepärast võivad probleemid jääda lahendamata või süveneda ning me tunneme end jõuetuna nendega toimetulekuks. Küsige noortelt, kas nad mäletavad mõnda olukorda, kus probleem muutus tõsisemaks, sest nad kas tegid midagi või jätsid midagi tegemata. Milliseid tundeid nad mäletavad?
2. Jagage laiali töölehed MIS TUNNE SEE ON?, mis on kokku volditud nii, et paistab ainult esimese situatsiooni kirjeldus.
3. Paluge grupil situatsioon omaette läbi lugeda ja mõelda lehekülje päises olevate küsimuste üle. Kui te arvate, et see on teie grupi jaoks liiga raske, lugege kõik situatsioonid ise ükshaaval ette.

Analüüs ja hindamine

Paluge grupilt iga situatsiooni kohta tagasisidet. Kas grupp näeb probleemi samas valguses? Kas nad on ühel meelel selles osas, millised tunded võivad tekkida? Kui kerge on lahendusi välja pakkuda?

Julgustage grupi isiklike näiteid meenutama, neid teistega jagama ja läbi töötama.



MIS TUNNE SEE ON?

Iga järgneva situatsiooni juures mõelge allpool loetletud punktidele.

Mis on probleem?

Mis on tunne?

Mida saab teha?

1. Sinu sõbral on alati rohkem taskuraha kui sinul. See pole aus! Sinu ema on nii alatu. Ta ütleb, et sa peaksid kodus midagi tegema, kui tahad rohkem raha saada!
2. Su isa läks elama oma uue tüdruksõbra juurde. Ta ütles, et võid nädalalõpud tema juures veeta, kuid nüüd ütleb tema uus tüdruksõber, et sinu jaoks pole ruumi.
3. Keegi koolist narrib mänguväljakul sinu venda ja ähvardab ära lõhkuda tema elektrilise ratastooli.
4. Su sõber võitis koolis joonistusvõistluse. Sa oled tõsiselt vihane ja arvad, et see oli kokkumäng. Sa ju tead, et sinu töö oli parem!
5. Sul on klassikaaslastest erinev aktsent/murrak. Üks tüdruk narrib sind selle pärast ja kõik naeravad. Kui sa püüad talle vastata, siis ta lihtsalt ahvib sind järele ja kõik naeravad veelgi rohkem.
6. Klass jäeti sinu pärast peale tunde. Nüüd ütlevad kaaslased, et kui sa süüd kohe üles ei tunnista, siis sa seda veel kahetsed.



VIHA JA AGRESSIIVNE KÄITUMINE

Eesmärk

Järgnev harjutus on sissejuhatuseks, et õppida toime tulema viha ja agressiivsete olukordadega. Viha ja agressiivsed olukorrad on keerukas ja eriline valdkond, kuid see harjutus siin annab põhilised teadmised ja juhtnöörid, kuidas töötada noortega, kes on potentsiaalselt rasketes olukordades.

Vahendid

Kaks A4 suurust pappi, mis on kinnitatud vastasolevatele seintele ning millest ühele on kirjutatud VIHANE ja teisele POLE VIHANE.

Pabertahvel

Markerid

Rollikaardid

Grupi suurus

8-12

Aeg

3 tundi ja 10 minutit

Etappide kirjeldus

See ajab mind nii vihale! (20 minutit)

1. See on soojendusmäng, mis tehakse koolituse alguses. Selles jõutakse arusaamisele, et viha on emotsioon, mida me kõik tunneme. Igaüks saab vihaseks, kui olukord vallandab teatud tunde või mõtte. See võib olla otsene vastus juhtunule või reaktsioon, mis tekib varasema kogemuse tõttu. Grupi liikmed võivad tuua erinevaid näiteid selle kohta, mis viha tekitab ja analüüsida grupi poolt antud vastuseid.
2. Selgitage grupile, et te loete neile ette rea situatsioone, mis võivad neis tekitada vihatunde. Näidake ruumi kahte vastasseina, millel on sildid VIHANE ja POLE VIHANE ja paluge liikuda selle sildi juurde, mis nende tunnetele vastab.
3. Julgustage gruppi olema oma vastustes aus. Rõhutage, et viha on niisama normaalne nähtus nagu iga teinegi tunne ning meil kõigil on õigus teatud olukordades vihastada.
4. Edasi proovige koos grupiga toimunut analüüsida. Miks vallandab teatud olukord viha? Kas on üksmeelseid arvamusi? Näiteks kas enamus grupist vihastab ebaviisakuse või lugupidamatuse peale?

Vihamärkide äratundmine (30 minutit)

1. Jagage grupp kaheks ja paluge kummalgi grupil valida endi hulgast üks sekretär ja üks kõneleja.
2. Gruppide ülesandeks on teha nimekiri 10 füüsilisest sümptomist, mille järgi võib ära tunda, et inimene on vihane.

Näiteks:

- punane nägu
- higistavad pihud
- sõrmega näitamine
- inimesele liiga lähedale tulemine
- karjumine/vandumine

3. Kutsuge kaks gruppi kokku ja kummagi grupi kõneleja esitab grupi poolt kirja pandud tunnused. Julgustage gruppi kirjapandud sümptomeid arutama. Kui lihtne oli seda nimekirja koostada? Kas kõik need tunded on teile tuttavad? Paluge grupil mõelda, kas on lihtne aru saada, kui noor inimene on vihane.



Konflikti lahendamine (20 minutit)

1. Selgitage, mida tuleb potentsiaalselt raskes olukorras konflikti lahendamiseks teada.
 - Tundke märke – astuge samm tagasi ja kontrollige, et te pole noorele liiga lähedale tunginud. Püüdke leida endale koht ukse läheduses ja ärge laske enda taganemisteed blokeerida.
 - Kuulatage – kuulake tähelepanelikult, mida öeldakse ja ärge segage vahele oma arvamuste või meenutustega.
 - Kaalutlege – kaalutlege noore poolt lausunud mõtteid, et näidata, et te saate temast aru. Selgitage fakte ja küsige lisaküsimusi, et hajutada viha ja julgustage noort selgitama, mis on halvasti.
 - Lahendage – nõustuge noorega erilahenduse või tegevuse osas. See ei pruugi olukorda muuta, kuid tekitab noores tunde, et midagi tehakse. See aitab noorel olukorra peremees olla ja ise lahendust välja pakkuda.

Kui need lahendused ei toimi, tuleb endale leida võimalikult ohutu koht.

Hoolitsege selle eest, et teie noortele on täiesti selge, et te ei palu neil ennast ohtu seada ega agressiivsete noorte taltsutamiseks jõudu kasutada. See on ohumärkide äratundmise ja olukorra leevendamise ning jalgalaskmise harjutus. Seda viimast siis, kui kaks eelmist katset ebaõnnestusid ja muud lahendused ei toimi. Lisaks võite rõhutada ka seda, et vabatahtlikena ei ole nad loobunud oma inimõigustest end kaitstult ja turvaliselt tunda – veenduge, et inimesed teavad kohaliku politsei ja vastutava projektijuhi telefoninumbreid juhuks, kui nad peaksid sattuma olukorda, mis väljub kontrolli alt.

Praktiline osa (1 tund 30 minutit)

1. Tutvustage raskete olukordadega toimetulemist, kasutage selleks rollimängu. Selle eesmärk on tõsta enesekindlust ja proovida läbi uusi oskusi ja teadmisi turvalises õhkkonnas.
2. Jagage vabatahtlikud neljasteks gruppideks. Igas grupis kehastuvad kaks liiget vabatahtlikeks noorsootöötajateks ja kaks etendavad noorte rolli, keda noorsootöötajad üritavad kaasata. Jagage rühmadele sama stsenaarium.
3. Varuge rollimängu läbiviimiseks 30 minutit ja julgustage noorte rollis olijaid tegema vabatahtlike elu nii raskeks kui võimalik!
4. Kui te näete, et rollimäng on lõppfaasis, paluge vabatahtlikel oma rollidest välja tulla ja arutada väikestes gruppides allpool loetletud küsimusi:
 - Mis ajab noore vihale?
 - Kas see on otsene või kaudne viha?
 - Kas konflikti lahendamine on võimalik?
 - Pange kirja tegevuskava olukorra leevendamiseks.
5. Lõpuks paluge kõigil kokku tulla ja oma tegevuskavasid tutvustada. Esitage küsimusi ja julgustage gruppe üksteise arvamusi kommenteerima.

Näiteks:

- Kui kerge oli teil oma positsiooni hoida, säilitada?
- Kas te suutsite asju näha noore inimese vaatenurgast?
- Kui frustreeritud te olite?
- Kas teil õnnestus jõuda konflikti lahenduseni?

Enese turvalisuse eest seismine (30 minutit)

1. Kavandage kõik koos juhendid vihase/agressiivse käitumisega toimetulemiseks.

Näiteks:

- Kuulake, mida noorel on öelda.
- Jälgige hoolega kehakeelt.
- Hinnake, milline oht valitseb teie enda jaoks ja teiste jaoks, kasutage selleks keskuse abi.
- Tegutsege – lahendage olukord või taganege.



SEE AJAB MIND NII VIHALE!

| | |
|---|--|
| Keegi trügib järjekorras sinust ette. | Kaotad oma koduvõtmed. |
| Sa hilined, sest keegi hoidis sind kinni. | Keegi ütleb sinu pere kohta midagi ebaviisakat. |
| Sa kuuled kogemata pealt, kuidas keegi su tööd kritiseerib. | Telefon muudkui heliseb, aga kui sa selle vastu võtad, siis keegi ei vasta. |
| Sa istud liiklusummikus, aga sul on vaja koju saada. | Grupp teismelisi blokeerib linnas sinu tee. |
| Sulle antakse poes vähem raha tagasi. | Sõber muudkui laenab raha ja ei maksa seda üldse tagasi. |
| Sa näed tänaval, et keegi kohtleb looma halvasti. | Põrkad rahvast täis ruumis kogemata kellegagi kokku, vabandad, kuid tema vannub su peale. |
| Sa avaldad oma arvamust ja keegi naerab selle üle ja soovitab mitte naeruväärne olla. | Sa loed ajaleheartiklit kallaletungist väiksele lapsele. |
| Jalgpallimeeskond, keda sina toetad, kaotab. | Sind süüdistatakse milleski, mida sa teinud pole. |
| Sind tabatakse valetamas. | Sa ostsid midagi, mis osutus praagiks, aga kui sa seda poodi tagasi lähed viima, ei taheta sulle raha tagasi maksta. |
| Sul jäi loteriivõidust ainult üks õige number puudu! | Sa magad ja ärkad äkki kõrvalkorterist kostva valju muusika peale. |
| Keegi palub sul pideval teha midagi sellist, mida sa teha ei taha. | Sa tahad helistada, kuid avastad, et kaardil pole enam raha. |



VIHA ROLLIMÄNGU KAARDID

Samantha'l keelatakse teie keskuse külastamine kaheks nädalaks, sest ta alustas kaklust. Ta ilmub täna õhtul välja ja nõuab sisselaskmist.

Zak ja Isaac mängivad piljardit. Zak lööb kogemata sisse musta kuuli ja hakkab Isaac'i peale karjuma, et too müksas teda.

Cerys nutab WC-s. Tanya hakkas käima tema endise poiss-sõbraga. Kui sa küsid, kas temaga on kõik korras, siis Ceryl saadab sind "sinna" kohta ja käsib oma asjadega tegeleda!

Avastad, et Jake istub keskuse trepil ja joob õlut. Tuletad talle meelde, et keskuse reeglite järgi pole lubatud keskuse territooriumil alkoholi tarbida ja palud tal lahkuda. Ta karjub sulle vastu: „See on ju vaba maa, kas pole? Võin siin istuda, kui see mulle meeldib!”



8.5 Partnerlussuhete loomine

PABERTORNID

Eesmärk

See meeskonnaloomis harjutus julgustab partnerlussuhetele ja meeskonnatööle.

Vahendid

Ajalehed

Kleplint

Käekell

Grupi suurus

Pole oluline

Aeg

15 minutit harjutusele

10 minutit analüüsile

Etappide kirjeldus

1. Jagage noored kuni kuueliikmelisteks gruppideks.
2. Selgitage, et neil tuleb kavandada ja ehitada pabertorne. Eesmärgiks on ehitada võimalikult kõrge torn nii, et see ümber ei kukuks.
3. Selgitage, et iga grupi liige peab kaasa aitama kavandi koostamisele, et ehitamist ei või alustada enne, kui kõik grupiliikmed on kavandi heaks kiitnud.
4. Jagage laiali ajalehed ja kleplint.
5. Andke gruppidele 15 minutit torni ehitamiseks.
6. Seiske ise eemale!

Analüüs ja hindamine

Kui 15 minutit on möödas, paluge gruppidel ühekaupa rääkida, kui hästi nende koostöö sujus, kas keegi jäi harjutusest kõrvale (miks ja kuidas ta end siis tundis) ning kuidas nad jõudsid üksmeelele.

Kui kõik grupid on vastanud, paluge kõigil ka teiste torne uurida. Paluge kõige kõrgema torniga grupil selgitada, kuidas neil selle ehitamine õnnestus.

Kui aeg lubab, siis laske kogu grupil mõtiskleda selle üle, kuidas oleksid asjad võinud minna, kui igaüks oleks üksi töötanud.



SILDADE EHITAMINE*

Eesmärk

Selle harjutuse abil mõistavad osalejad, mis tunne on koostööd teha ja läbirääkimisi pidada ning millist rolli nad ise sellistes protsessides eelistaksid. Lisaks saadakse teada, mida tähendab suhelda kaudselt teise grupiga, kellest te eriti midagi ei tea.

Vahendid

Igasugused jääkmaterjalid

Papp

Liim

Käärid

Joonlauad

Grupi suurus

10-20

Aeg

2-3 tundi

Etappide kirjeldus

1. Jagage grupp kaheks. Selgitage, et nad on kahe omavahel tohutult laia jõega eraldatud linna elanikud. Pärast aastatepikkust arutelu on nad otsustanud üle jõe silla ehitada – üks linn teeb pool ja teine linn pool silda. Siiski on kogu asja juures üks probleem – teineteisega suhtlemine on peaaegu võimatu. Ainult üks grupi esindaja saab kahel korral arutada silla ehitamist teise grupi esindajaga. Grupid ise valivad esindaja.
2. Grupid lähevad eraldi ruumidesse, kust pole võimalik näha ega kuulda teise grupi tegevusi. Ruumist leiavad nad igasuguseid vahendeid silla ehitamiseks. Ainus asi, mida nad sillaprojekti kohta teavad, on see, et sild peaks ulatuma üle jõe, mille laius on 1 meeter ja pärast poolte ühendamist peaks sild kandma mänguauto. Nad peavad teise grupiga kokku leppima, kui lai või kõrge see sild peaks olema. Grupil on pool tundi aega, et valida esindaja, jagada laiali ülesanded ja alustada. Poole tunni pärast saavad gruppide esindajad omavahel 10 minutit vestelda. Nad võivad ainult vestelda, aga mitte jooniseid vahetada. Pärast seda on grupil aega pool tundi, et kuulata ära esindaja, jätkata tööd silla kallal ja muuta vajadusel joonist. Siis on esindajatel 10 minuti jooksul võimalus vestelda teises ruumis. Pärast seda algab viimane pooltund.
3. Siis tulevad kaks gruppi kokku ja näitavad oma silla osa, mis pannakse kokku ja seda testitakse.
4. Pärast mänguautoga tehtud katset arutavad grupid koostööd nii grupisiselt kui ka teise grupiga ja seda, kuidas nad ülesanded jagasid.

Analüüs ja hindamine

- Kuidas te töö organiseerisite?
- Kas kõigil oli sõnaõigust?
- Kuidas valiti läbirääkija?
- Kas kõik võtsid tööst osa?
- Kuidas läksid läbirääkimised?
- Kas te jäite oma algse kavandi juurde või tuli seda muuta? Miks?
- Kas grupisiselt tekkis konflikte?
- Kas te märkasite probleeme teise grupiga suhtlemisel?



*Allikas: Mugandatud raamatust „The Bridge“, Intercultureel Spelenboek, Centrum Informatieve Spelen, Leuven, Belgia



KES SEAL ON?

Eesmärk

See harjutus annab koolituse alguses grupile võimaluse ennast ise organiseerida. Eesmärgiks on anda osalejatele võimalus ette kujutada seda mitmekesist seltskonda, kes töötavad noortega üldse ning kes erivajadustega või vähemate võimalustega noortega. Tänu üldpildile, mis lõpus tekib, peaksid osalejad olema võimelised märkama võimalusi ühisteks partnerlussuheteks. See harjutus tutvustab partnerlussuhete loomise kontseptsiooni. Seda võib kasutada ka sissejuhatuseks siis, kui te räägite partnerlussuhete loomisest ja selle põhjustest.

Vahendid

Asukoht linnas või linna lähedal

Paber ja kirjutusvahendid või siis makk

Linnakaardid ja telefonikaardid või telefoni kasutamise võimalus

Grupi suurus

10-40

Aeg

Umbes 5 tundi (1 tund esimesel päeval ja 4 tundi järgneval päeval)

Seda harjutust peaks läbi viima linnas (kui koolitus toimub linnast väljas, siis tuleb täiendavalt arvestada ka transpordile kuluvat aega)

Etappide kirjeldus

1. Kõigepealt selgitab juhendaja, et antud harjutus on arusaamiseks, kui palju erinevaid inimesi töötab noortega urbaniseeritud piirkonnas. Tuleb korraldada küsitlused, mis valmistatakse ette väikestes gruppides. Eriti tuleks keskenduda erivajadustega või vähemate võimalustega noortega töötavatele isikutele.
2. Moodustage 5-e kuni 8-liikmelised grupid. Jagage neile linnakaardid ja määrake igale grupile teatud geograafiline piirkond.
3. Esimesel päeval andke 1 tund aega järgneval päeval toimuva uurimuse ettevalmistusteks. Hoolitsege, et osalejatel oleks telefoni kasutamise võimalus.
4. Järgmisel päeval varuge 3 tundi uurimuse läbiviimiseks ja tagasiside ettevalmistamiseks koosoleku tarbeks (osalejad ei peaks keskenduma niivõrd tagasiside põhjalikkusele vaid pigem sellele, kuidas esitada küsitluse tulemusi kiiresti ja tõhusalt).
5. Tagasiside koosolekuks varuge aega 1 tund. Paluge grupil keskenduda lisaväärtusele, mida noorsootöös osalevad inimesed/struktuurid võivad anda noorte tõrjutuse vastu võitlemise koostöösse edaspidi.

Analüüs ja hindamine

Ettevalmistus

- Kuidas me ise enda organiseerimiseks hakkama saime?
- Kas me saavutasime oma eesmärgi?



Koosolek

- Kas teie poolt küsitletud inimesed teavad, mida teevad teised samal alal töötavad inimesed? Millised suhted neil on?
- Kas on mingisuguseid struktuure, platvorme või võrgustikke, mis teevad koordineerimistööd?
- Mis te arvate, kas te saaksite noorsootöötajana või noorteühendusena teha selliseid ülevaateid linnavalitsuse jaoks?
- Kuidas te looksite muid partnerlussuhteid?

Täiendavad nõuanded

Rollimängu kasutamine: juhendajad on linnapea ja linnavalitsuse see osakond, mis vastutab sotsiaaltöö, hariduse ja noorsootöö eest.

* Harjutuse alustamine: teavitage osalejaid sellest, et: „linnavalitsus on andnud neile volitused uurimuse läbiviimiseks, mille käigus tuleb välja selgitada, kes töötab noortega üldse ja kes just erivajadustega või vähemate võimalustega noortega. Eesmärgiks on saada ülevaade potentsiaalsetest koostöö võimalustest, mis aitaksid luua noorte sotsiaalset kaasatust edendavat poliitikat.“

* Tagasiside koosolek: rollimäng jätkub. „Linnapea ja linnavalitsuse vastav osakond võtavad koos vastu erinevad grupid. Iga grupp esitab kordamööda linnavalitsusele oma uurimuse tulemused. Linnapea esindaja ja tema kaaskond võivad mängida ka poliitikuid ja nõuda poliitiliste eesmärkide sõnastamist või küsida, kust võtaks grupp raha noorte sotsiaalset kaasatust edendava poliitika elluviimiseks.“

Kui te seda rollimängu kasutate, siis on pärast oluline rõhutada seda ohtu, mis tekib selgete eesmärkide puudumisest või eetika puudumisest siis, kui teil palutakse teha partnerluseuurimus linnavalitsusele või kui teil on tegemist poliitikutega. See võib viia aruteluni teemal, mis on partnerlus ja kuidas seda rajada.



8.6 Omataoliste/ - ealiste koolitus

VABAKOOL

Eesmärk

Harjutus sellisele grupile, kes on varem workshop'ides osalenud ja on seetõttu vähemal või rohkemal määral kogenud. Harjutuse eesmärgiks on muuta töötubades osalejad töötubade aktiivseteks juhendajateks ning anda neile selliseks juhendamiseks tarvilikku enesekindlust.

Vahendid

Kaks paberilehte inimese kohta. Ühel pealkiri: „Mida mul on pakkuda” ja teisel: „Mida ma tahaksin õppida”

Kirjutusvahendid

Vildikad

Grupi suurus

10-40

Aeg

Umbes 3 tundi

See workshop on alguseks paljudele töötubadele, mida osalejad hakkavad ise hiljem läbi viima ja seega võib see kesta terve ööpäeva või enamgi.

Etappide kirjeldus

1. Kõigepealt selgitab juhendaja, et see workshop on alguseks tervele reale töötubadele, mida osalejad hakkavad ise hiljem läbi viima. Ta selgitab ka seda, et hea töötoa korraldamiseks ei piisa ainult heast teemast, vaid seda tuleb esitada ja läbi viia kaasa-haaravalt ja huvitavalt. Ta rõhutab ka, et igaühel on teatud oskused, hobid või anded, millest teised midagi ei tea ja millest paljud inimesed võivad huvitatud olla.
2. Siis antakse osalejatele kiirkursus workshop'ide läbiviimise kohta. See peaks olema väga põgus selgitus, peamiselt võiks mainida, et töötoa läbiviimisel tuleb kasutada elavat esitust, erinevaid meetodeid (teoreetilisi ja praktilisi), näitlikke abivahendeid (pildid, kujundid) ja osaliste aktiivset kaasamist diskussiooni rollimängude või teatri kaudu. Kui võimalik, korraldage osalejatele näitlik ideaalne workshop, kus nad teevad märkmeid selle ülesehituse, kasutatud meetodite ja esitlustehnika kohta.
3. Jagage laiali lehed ja selgitage eesmärki. Lehele „Mida mul on pakkuda”, saavad osalised kirjutada oma anded, hobid ja oskused. Juhtige tähelepanu sellele, et pakkuda võib kõike alates tänavatantsust kuni laulusõnade kirjutamiseni, alates kodanikuallumatuses kuni postkaartide valmistamiseni ning alates hiina keelest kuni joogani välja. Teisele lehele „Mida ma tahaksin õppida” võivad osalejad kirjutada, milliste teemade kohta nad sooviksid rohkem teada saada. Ka need teemad võivad olla leivaküpsetamisest kuni religioonini ning jalgpallimängust kuni loosungite väljamõtlemiseni. Osalejatele antakse 15 minutit, et nad kirjutaksid kummalegi lehele üks kuni kolm teemat. Samal ajal täidab ka juhendaja lehed ja valmistab ette kaks silti: „pakkumine” ja „nõudlus” ja kinnitab need seinale. Kui osalejad on kirjutamise lõpetanud, võivad nad oma lehed vastava sildi alla seinale kinnitada.
4. Kõigile antakse teiste lehtedega tutvumiseks 15 minutit. Pakkumiste poolel võivad inimesed neile huvipakkuva teema juurde vildikaga risti või linnukese panna. Nõudluse poolel võivad need, kes tunnevad, et võiksid sellel teemal workshop'i pidada, kirjutada teema taha oma nime. Need, kes on lihtsalt teemast huvitatud, võivad jälle panna risti või linnukese.



5. Siis otsustab grupp, millised teemad on kõige populaarsemad ja ajalisi piiranguid arvestades valib mõned nendest välja. Üldiselt võtab üks workshop kaks kuni kolm tundi, kuid seda annab kohandada. Ideaalolukorras peaks igaühel olema võimalus läbi viia üks workshop, kuid mõnikord on see praktiliselt võimatu.
6. Grupp jagatakse väiksemateks nelja- kuni seitsmeliikmelisteks ettevalmistusgruppideks. Seda võib teha huupi, sest ettevalmistusgrupis osalemine ei tähenda, et sa pead läbi viima või osa võtma just sellest töötoast. Siiski peaks igas grupis olema vähemalt üks inimene, kelle teema välja valiti. Gruppidele tuleks täpselt teada anda, palju inimesi osaleb töötoas ja kui palju aega on selleks ette nähtud.
7. Ettevalmistusgrupid vaatavad lähemalt valitud teemasid. Kuidas oleks hea seda teemat esitada? Milliseid soojendusharjutusi, rollimänge, diskussioonitehnikaid saaks kasutada? Kui palju aega kulutada teooriale ja kui palju praktilisele osale? Kuidas haarata tegevusse kõik osalejad? Grupp valib teatud teema(d) ja visandab valitud töötoa(tubade) tarbeks ülesehituse ja sisu. Juhendaja jälgib gruppide tööd, annab nõu ja aitab regulaarselt.
8. Kõik grupid tulevad kokku ja esitavad enda kavandatud töötubade ülesehituse ja sisu.
9. Väikese grupiga pannakse paika töötubade toimumise aeg. Erinevad töötoad võivad toimuda ka üheaegselt.

Analüüs ja hindamine

Individuaalne osa

- Kas oli raske leida neid teemasid, millest sa midagi tead või teada tahad?
- Kas teiste pakutud teemade hulgas ja nende suhtumises sinu teemadesse oli midagi üllatavat?

Ettevalmistusgrupid

- Kas töötoa ülesehitust oli ettevalmistusgrupis raske välja mõelda?
- Kas kõik võtsid osa? Kui ei, siis miks?
- Kas tekkis lahkkelisid selles osas, kuidas töötuba tuleks korraldada?

Koosolek

- Mida te arvate teiste gruppide poolt esitatud töötubade ülesehituste kohta?
- Kuidas te hindaksite oma grupi esitlust?
- Kas te olete oma grupi poolt pakutud töötoa ülesehituses piisavalt kindel, et töötuba selle järgi läbi viia?

Täiendavad nõuanded

Seda harjutust on kasutatud rahvusvahelistes suvelaagrites kahel eesmärgil. Ühest küljest selleks, et teha laager demokraatliku otsustamisega kõigile huvitavamaks ja anda neile võimalus valida milliseid workshop'e pakkuda. Teisest küljest selleks, et kaasata kõiki laagri töö korraldamisse ja panna nad vastutama workshop'i eest. Lisaks aitavad töötoad avastada, millised teadmised on grupis olemas ja mõista, et mõnikord ei ole vaja palgata professionaale, et need teie töö ära teeksid.

Seda töötubade meetodit võib kasutada ka omataoliste/-ealiste koolituse harjutamisena tõsisematel teemadel. Kui noored on saanud aru, et grupi ees seista on lõbus ja nad mõtlevad sellele, kuidas oma lemmikteemasid puudutavaid teadmisi paremini edasi anda, siis kasvab ka nende enesekindlus.

Suvelaagris on võimalik ette valmistada ja läbi viia kolmetunniseid töötube nii, et samal ajal peetakse kahte või enam workshop'i. See annaks inimestele võimaluse valida, millisest nad tahavad osa võtta. Kui teie käsutuses on vähem aega, võib töötube teha ka poole- või ühetunniseid. Töötuba võivad läbi viia ka kaks või kolm samast teemast huvitatud inimest. See on hea võimalus neile, kes ei ole oma oskustes päris kindlad ja ei soovi töötuba üksi läbi viia.

Täiendav informatsioon: loesje@loesje.org



LAUAMÄNG „ÜLES-ALLA“

Eesmärk

Mäng, mis vaatab takistusi ja katalüsaatoreid, mis võivad meie teele sattuda, kui me alustame näiteks omataoliste/-ealiste koolitusprojekti. Samas võib see harjutus olla kasulik ka noorsoovahetuste või teiste ettevõtmiste korral. Seda harjutust võib kasutada ka järjena pärast seda, kui grupp on juba arutelu pidanud või kasutada seda projekti alguses teooriat käsitlevas workshop'is või analüüsi meetodina.

Vahendid

Kirjutusvahendid

Vildikad

Suur paberileht

Paber

Markerid

Värviline papp

Täringud

Liim

Grupi suurus

4 kuni 30 osalejat mängu ettevalmistamiseks

Kui teil on 30-liikmeline grupp, siis on koos raske arutada, seetõttu võiks teha väiksemad grupid, kes valmistaksid mängu eraldi ette või siis jagada mäng erinevateks osadeks.

8 kuni 30 osalejat mängimiseks.

Aeg

Mängu ettevalmistamine: 2-3 tundi

Mängimine: 1 tund

Etappide kirjeldus

1. Pange valmis lauamäng, kus on ruudustik ja ruutude peale joonistage madusid ja redeleid.
2. Selgitage, et mängu eesmärk on valmistada lauamäng, kus on selge, millised on projekti etapid ja milliseid probleeme või abivahendeid me võime kohata.
3. Kõigepealt pange paika alguspunkt ja lõppeesmärk esimeses ja viimases ruudus. Enamuse jaoks ei ole nende kirjapanek raske, kuid ärge unustage, et tegelik tegevus on ainult pool projektist, sest lisada tuleks ka hindamise osa.
4. Arutage läbi projekti erinevad etapid algusest lõpuni, sealhulgas ka ettevalmistamine, tegutsemine ja hinnangu andmine. Jagage vajadusel grupp väiksemateks osadeks. Millele peaks nendes erinevates etappides mõtlema? Milliseid takistusi on oodata? Millised sündmused võiksid projekti jaoks olla stimuleerivad? Millisel määral? Või kui harjutust kasutatakse hindamiseks, siis kuidas tundusid erinevad etapid ja milliseid ootamatusi tuli ette? Koostage nimekiri kõikidest teemadest, mis pähe tule-



vad ja pange nad kronoloogilisse järjekorda ning reastage takistused ja katalüsaatorid tähtsuse järjekorras. Heitke pilk saadud nimekirjale ja kontrollige, kas kõik on sellega nõus ja saavad kõikidest punktidest aru.

5. Järgmisena valige mõned sündmused, katalüsaatorid ja takistused (ilmselt ei saa te kasutada kõiki, sest mäng läheks liiga suureks ja muutuks mängimiseks igavaks) ning asetage need lauamängule. Sündmused täidavad ruute kronoloogilises järjekorras, katalüsaatorid on redelid, mis viivad edasi (mida rohkem see asjaolu kaasa aitab, seda pikema redeli võite joonistada, kuid ärge redeleid liiga pikaks tehke) ja takistustest saavad maod, kes teid kas ühe või mitme ruudu võrra allapoole kisuvad.
6. Lisage madude ja redelite kasutamise juurde tingimusi nii, et inimesed peaksid kõigepealt vastama küsimusele või sooritama ülesande, mis on seotud projekti selle hetkega, millel nad parasjagu nupuga on. Kui tegemist on redeliga, siis annab huvitav või õige vastus võimaluse seda mööda üles liikuda ja kui tegemist on maoga, siis tuleb ebasobiva vastuse korral mao saba pidi alla libiseda.
7. Enne kui mängu alustate, teevad kõik endale värvilisest papist mängunupu. Mängu mängitakse lauamängu tavaliste reeglite järgi (näiteks 'Tsirkus'). Edasi võib liikuda vastavalt täringuga visatud silmade arvule. Redelid viivad üles ja maod alla. Eesmärk on jõuda esimesena viimase ruudu peale. Võite lisada uusi reegleid, panna näiteks mõne ruudu juurde projektiga seotud lisaülesande, mille mängija peab täitma enne, kui ta tohib edasi liikuda. Või anda täiendav ülesanne mängijatele, kes on samaaegselt ühel ruudul. Ülesannete täitmise eest võib punkte anda. Või mõelda grupiga välja muid reegleid.

Analüüs ja hindamine

- Kuidas peegeldab see mäng tegelikkust?
- Kas sinu jaoks oli lõplikuks eesmärgiks mäng ise või hinnangu andmine?
- Kas sul õnnestus mõelda takistuste ja abivahendite peale? Kas oli raske ülesannetele loovaid lahendusi pakkuda?
- Kes te jõudsite ühele meelele selles osas, milliseid takistusi ja katalüsaatoreid mängu lisada?
- Kas kõik osalesid arutelus?
- Kas sulle tundus, et inimesed kuulasid, mida sul oli öelda?

Täiendavad nõuanded

Mängu on mängitud rahvusvahelise noortekohtumise kultuuridevahelisel tutvustusõhtul rahvusliku kava ühe osana, kusjuures noortekohtumise teema oli mängu integreeritud. Kogu mäng joonistati kriidiga asfaldile ja inimesed ise olid elusuurused mängunupud. Tegelikult täiendati reegleid mängu ajal, sest teistest riikidest pärit inimesed hakkasid asju lisama ja varsti otsustati kehtestada uus reegel, et inimesed, kes olid mängu lõpetanud, said mängule lisada ühe täiendava takistuse või boonuse.