



# INTERAKTIVNE IGRE ZA SPODBUJANJE IN KREPITEV ŽIVLJENJSKIH VEŠČIN

ZA DIJAKE SREDNJIH ŠOL



# UVODNE IGRE





## KAJ JE LAŽ?

**CILJ:**

- dijaki spoznavajo lastnosti posameznikov.

**ČAS:** 10 - 15 min**POTEK IGRE:**

Vsak dobi plakat ali večji list, ga razdeli na 4 dele in v vsak del napiše po eno stvar oziroma zanimivost o sebi, na primer karate treniram že 5 let, odlično kuham, nimam prenosnega telefona ... Ena izmed trditvev naj bo laž. Laž naj bo takšna, da je verjetno, da bi bila to tudi resnica.

Ko imajo lastnosti napisane, se sprehodijo po prostoru in ugotavljajo, kaj je pri komu laž. Ugotavljajo tako, da sprašujejo, vendar ne direktno: »Ali si se to zlagal?« Spraševati morajo tako, da sami ugotovijo, kaj je pri kateri trditvi laž. Če so npr. napisali, da spečejo odlično torto, lahko drugi sprašuje, katere sestavine so notri, koliko časa se peče itd.

## ŽIVALSKI VRT

**CILJ:**

- učenci med seboj ustvarjajo ugodnejše vzdušje, razvijajo občutek za pripadnost skupini.

**ČAS:** 10 - 15 min**POTEK IGRE:**

Učenci se prosto gibajo po razredu. Učitelj je v vlogi vodje živalskega vrta. Ko (navidezno) pride do določene vrste živali, zakliče npr.: »Pozdravljeni, medvedi!«. Vsi učenci se morajo spremeniti v medvede in se po »medvedje« gibati po razredu. Svoj pozdrav različnim živalim nekajkrat zamenja.

**OPOMBA:**

Igra sproščujoče vpliva na učence. Lahko je zelo živahna ali pa bolj umirjena, na kar lahko vpliva tudi učitelj.





## TRŽNICA

### CILJ:

- dijaki razmišljajo o svojih veščinah, ki jih imajo in o tistih, ki bi si jih želeli pridobiti.

ČAS: 10 – 20 min (odvisno od velikosti skupine)

### POTEK IGRE:

Vsak dijak dobi en listek, ki ga razdeli na dva dela. Na enega napiše **PODARIM**, na drugega pa **DOBIM**. Pod podarim napišejo veččino, za katero menijo, da jo znajo ali so v njej dobri. Pod dobim pa veččino, ki bi si jo želeli pridobiti, se je naučiti.

Potem si listek na vrvici obesijo okoli vratu in se sprehodijo po prostoru, po tržnici. Ogledujejo si, kaj so napisali drugi, morda kdo obvlada veččino, katero se je drugi želi naučiti in obratno.

Igra se lahko razvije naprej tako, da se dijaki med seboj pogovarjajo, si postavljajo vprašanja, če jih kaj posebno zanima. Vodja po občutku presodi, koliko časa naj bo tržnica odprta. Potem učitelj povpraša dijake, če so kaj zanimivega izvedeli, če so spoznali koga, ki bi jih lahko kaj naučil, če morda oni obvladajo veččino in bi lahko naučili druge.

### VPRAŠANJA ZA DISKUSIJO:

Kako smo si pridobili določene veščine?

Kaj za to potrebujemo?

Kako bi živeli brez veščin?

Kako smo radovedni ali odprti za učenje novih veščin?

Katere so tiste veščine, ki se ne kažejo navzven in jih imamo? ...



# IDENTITETA



## SKRIVNI PRIJATELJ

CILJI:

Dijaki:

- razvijajo boljše razumevanje članov skupine;
- pokažejo spoštovanje do vrlin drugih;
- izkazujejo empatijo do članov skupine in učinkovito komunicirajo z drugimi.

ČAS: 30 minut

PRIPOMOČKI: pisala, papir, majhna škatla ali košara

POTEK IGRE:

Vsak dijak na kos papirja napiše svoje ime in ga da v škatlo/košaro. Imena se premešajo, nato vsak izbere en naključni listek z imenom skrivnega prijatelja. Ime ne sme biti njihovo, prav tako ne smejo ostalim povedati, katero ime so dobili. Skozi delavnico morajo dijaki čim boljše spoznati svojega skrivnega prijatelja, opazujejo njegove pozitivne lastnosti in z njim razpravljajo o upih in sanjah.

Na koncu dijaki predstavijo svojega skrivnega prijatelja. Dijaki predstavijo svojega skrivnega prijatelja z opisom, ostali pa ugotavljajo, kdo bi to lahko bil. Skrivnemu prijatelju podarijo tudi darilo, ki pa ga ne smejo kupiti, ampak mora biti osebno in pozitivno. Pomembno je, da se aktivnost izpeljete, ko so prisotni vsi dijaki. Darilo je lahko npr.: pesem, risba ali drugo umetniško delo, opis počitnic, ... in mora odražati nekaj, kar so izvedeli o svojem skrivnem prijatelju.

OPOMBE:

Ta aktivnost je dobra ob začetku šolskega leta, ko razred kot skupina šele nastaja, saj morajo učenci dobro opazovati in spoznati svojega skrivnega prijatelja. Dijake naj se spodbuja, da bodo občutljivi do zbranih informacij o skrivnem prijatelju, saj jih bodo kasneje predstavili pred celim razredom.

VPRAŠANJA ZA ZAKLJUČEK:

Kako vam je bila igra všeč?

Kako ste se počutili med igro?

Kaj vam je bilo pri igri še posebej zanimivo?



## IMIDŽI

### CILJI:

- dijaki spoznavaajo, kaj določeni imidži predstavljajo, kaj so stereotipi in predsodki in kako z njimi ravnamo;
- dijaki pri sebi osmislijo, na kakšen način pripadajo določeni skupini (konformistično podrejanje ali kritični osebni pristop in možnost lastne odločitve, kaj od določenega imidža posameznik vzame in kaj ne).

ČAS: 45 min

### POTEK IGRE:

Dijaki se razdelijo v skupine po 3 ali 4 (odvisno od velikosti skupine). Skupinam se razdeli plakate, na katere napišejo ali narišejo lastnosti oz. značilnosti določenega imidža, katerega si lahko sami izberejo, lahko pa vodja določi imidž, ki ga skupina opiše. Dobro je, da vsaka skupina opisuje drug imidž, saj lahko spoznamo več različnih (npr. rejverji, reage-stil, hip-hoperji, metalci ...).

Učitelj pove oporne točke za izdelavo plakata, vendar pa je zaželeno, da na plakat napišejo tudi druge stvari, ki se jim zdijo pomembne:

- kako se je ta imidž začel, iz kje izhaja (zgodovina),
- na katere politične spremembe (če sploh) želijo pripadniki določenega imidža vplivati,
- njihova zunanost (obleka, nakit, frizura ...),
- značilna glasba,
- lokali, kamor zahajajo,
- katere droge morebiti uživajo,
- značilno izrazoslovje,
- preživljanje prostega časa,
- filozofija, ki je v ozadju,
- njihov simbol;





Po približno dvajsetih minutah sledi poročanje in debata.

*Vprašanja za debato:*

- Kaj je dobrega in kaj slabega pri tem, da pripadamo določenemu imidžu?
- Kaj so stereotipi in predsodki pri določenem imidžu?
- Kako je lahko posameznik individualist, če pripada določenemu imidžu?
- Ali je sploh potrebno pripadati določeni skupini?
- Kako so imidži danes individualizirani?
- Kako spoznamo drugačnost?
- Ali se posameznik lahko svobodno odloča, kako, če sploh bo uporabljal drogo, ali ga lahko skupine izloči?
- Kakšne so osebne izkušnje z različnimi imidži?

**VPRAŠANJA ZA ZAKLJUČEK:**

Kako vam je bila igra všeč?

Kako ste se počutili med igro?

Kaj vam je bilo pri igri še posebej zanimivo?







## PLAKAT Z LUKNJO

CILJ:

Dijaki:

- primerjajo svoj pogled s pogledi drugih;
- se ozaveščajo o tem, kako pride do različnosti in predsodkov.

ČAS: 30 min

POTEK IGRE:

Dijaki tvorijo polkrog. Nasproti jim učitelj postavi velik plakat, ki ima v sredini luknjo. Vsak stoji na svojem mestu in pove, kaj vidi skozi luknjo.

*Vprašanja za debato:*


- Katere stvari smo videli? Kaj je bilo isto in kaj drugače?
- Kako je prišlo do drugačnosti gledanja čez isto luknjo?
- Je lahko luknja tudi metafora za karkoli?
- Če pomislimo na neko dejanje, dejstvo – kako ga lahko vsakdo vidi po »svoje«?
- Skozi katere oči gledamo, ko opazujemo neki dogodek, ko smo mi udeleženi v njem in takrat, kadar nismo udeleženi v njem?
- Je kultura, v kateri živimo, izhodišče za vsakega izmed nas?
- Kako v vsakdanjem življenju ravnamo s tem, ko vsakdo vidi po svoje? Ali se potrudimo, da vidimo tako kot vidi nekdo drug? Kdaj se podrediti in kdaj ne? Kaj pomeni nekoga razumeti?

VPRAŠANJA ZA ZAKLJUČEK:

Kako vam je bila igra všeč?

Kako ste se počutili med igro?

Kaj vam je bilo pri igri še posebej zanimivo?



## SAMOZAVEDANJE

### CILJI:

#### Dijaki:

- razumejo koncept samospoštovanja;
- ocenijo, kako na samospoštovanje vplivajo dogodki in okoliščine;
- raziskujejo njihovo samovrednotenje in povečajo samozavedanje.

PRIPOMOČKI: velik lis papirja ali tabla, pisala, delovni list

### POTEK IGRE:

V večji skupini se izvede nevihta možganov na temo »definicije samospoštovanja«. Ideje se napišejo na tablo. Vsak zase dijaki izpolnijo delovni list in sicer napišejo prve pozitivne misli, ki jim pridejo na misel.

Oblikujejo naj se skupine po štiri, nato pa se odpre razprava o delovnem listu. Razgovor naj teče o odgovorih in v skupinah po 4 naj dijaki razmislijo o vprašanju: So med tem, kako vi vidite sebe in kako vas vidijo drugi, kakšne razlike?

### OPOMBE:

Nizko samospoštovanje je lahko povezano s tveganim vedenjem, vključno z uporabo drog.

Analiza posameznikovih občutkov se mora odvijati individualno, deliti občutke o sebi z drugimi pa naj se zgodi po vzpostavitvi zaupanja v večji skupini.

Učitelj mora biti občutljiv za občutke dijakov in zagotovi varno in podporno okolje.

Še posebej naj bo učitelj pozoren na spoštovanje občutkov in dopusti možnost, da posameznik ne sodeluje, če si to želi.

Okrepitev pozitivnega vedenja v skupini ima lahko močan vpliv na posameznikovo samospoštovanje.

### VPRAŠANJA ZA ZAKLJUČEK:

Kako vam je bila igra všeč?

Kako ste se počutili med igro?

Kaj vam je bilo pri igri še posebej zanimivo?





**DELOVNI LIST**

**POZITIVNE LASTNOSTI**

	Pozitivne lastnosti, ki jih vidim JAZ	Pozitivne lastnosti, ki jih vidijo DRUGI
Moj videz		
Moja inteligenca		
Moji odnosi z drugimi		
Moji talenti in sposobnosti		
Moja osebnost		





# ČUSTVA





## SLIKA

### CILJ:

- dijaki izmenjajo razmišljanje in izkušnje o odnosih med spoloma, prepoznavanju in sprejemanju razlik, sprejemanju odgovornosti za svoja dejanja in kreptvi posameznikovega spolnega jaza kot spolnega subjekta;
- dijaki začnejo razmišljati o sebi, privlačnosti in prvem vtisu, ki ga dobijo.

ČAS: 20 do 25 minut

### POTEK IGRE:

Učitelj iz revij izreže različne slike ljudi, ki na sliki nekaj izžarevajo in takšne, ki so lepi po videzu. Slik naj bo veliko, tako da je večja možnost izbire. Učitelj slike razporedi na sredino kroga in prosi vse, da si ogledajo slike in si v mislih izberejo tisto sliko, ki jim je najbolj privlačna. Nato na znak učitelja vsak vzame svojo sliko. Če dva ali več dijakov izbere isto sliko, se lahko usedejo skupaj in vsak pove, kaj ga/jo je pritegnilo na tej sliki, lahko pa izberejo drugo sliko, ki jim je tudi všeč. Nato se usedejo v krog.

### Vprašanja za debato:

Zakaj si izbral/a določeno sliko? Zakaj ti je privlačna? Ali je bila to tvoja izbira? Kakšni ljudje nas navadno privlačijo? Kaj je tisto kar nas privlači? Kakšni bi želeli biti sami? Kako bi lahko postal/a takšen/a kot si želiš? Kaj je lepota? ...

### VPRAŠANJA ZA ZAKLJUČEK:

Kako vam je bila igra všeč?

Kako ste se počutili med igro?

Kaj vam je bilo pri igri še posebej zanimivo?



## KDO SEM IN KAJ POČNEM

### CILJ:

- dijaki prepoznavajo in razumejo, kaj je tisto, zaradi česar se v življenju počutijo dobro in prepoznajo tudi aktivnosti, stanja, zaradi katerih se počutijo slabo;
- dijaki prepoznavajo emocionalne in vedenjske odzive na različne dejavnike.

ČAS: 40 minut

### POTEK IGRE:

Najprej vsak zase odgovarja na list papirja na zastavljeno vprašanje. *Dobro se počutim, kadar... Kaj si takrat mislim? Kako se takrat vedem?*

Sledi vprašanje: *Slabo se počutim, ko... Kaj si takrat mislim? Kaj takrat storim?*

Na ista vprašanja naj dijaki razpravljajo v skupini, s tem da učitelj odgovore, ki jih dijaki želijo deliti z ostalimi, zapisuje na tablo. S tem vidijo, da v svojem doživljanju nismo sami in obenem, da so odzivi na ugodne ali neugodne situacije v življenju lahko različni.

Pogovor usmerjajo v iskanje zdravih, konstruktivnih načinov reševanja stresnih, konfliktnih situacij in v načine obvladovanja in spoprijemanja z negativnimi čustvi.

### VPRAŠANJA ZA ZAKLJUČEK:

Kako vam je bila igra všeč?

Kako ste se počutili med igro?

Kaj vam je bilo pri igri še posebej zanimivo?





## VPLIVI

### CILJI:

#### Dijaki:

- identificirajo vplive, ki vplivajo na to, kako mi čutimo o sebi;
- spoznajo, da na samospoštovanje vplivajo dogodki in okoliščine; priznavajo, da vrednote in prepričanje lahko vplivajo na nas, da ukrepamo;
- se propadajo s pozitivnimi in negativnimi vplivi in kako ti vplivajo na občutke vrednosti; gradijo elemente samospoštovanja zase in za druge.

ČAS: 30 minut

PRIPOMOČKI: Velik lis papirja ali tabla, pisala, delovni list

### POTEK IGRE:

Z uporabo delovnega lista dijaki vsak zase identificirajo deset stvari, krajev, ljudi ali dogodkov, ki vplivajo na to, da se dobro počutijo in deset stvari, zaradi katerih se ne počutijo tako dobro.

Učitelj oblikuje skupine po tri, kjer razpravlja o tem, kako stvari, kraji, ljudje in dogodki, ki so jih identificirali, vplivajo na njih pozitivno in negativno razpoloženje.

Učitelj na tablo napišite spodnje scenarije, v skupinah naj razpravljajo o tem »Kako bi se vi počutili v tej situaciji?«.

- a. Zaradi uporabe alkohola te izključijo iz šole.
- b. Prijatelj, ki si ga ti vpeljal v uporabo cigaret, jih ne more opustiti.
- c. Starši te »zalotijo« v opitem stanju.
- d. Fant/punca te zapusti, ker preveč žuriraš s prijatelji.

Dijaki naj vsak zase identificirajo:

- Štiri stvari, ki jih lahko storijo, da pri drugih dvignejo samospoštovanje.
- Štiri stvari, ki jih lahko storijo, da dvignejo svoje samospoštovanje.

Štirje prostovoljci naj odgovore delijo z drugimi ali pa jih anonimno zberejo in pritrdijo na tablo.

### OPOMBE:

Posameznikovo samospoštovanje lahko neposredno vpliva na odnos do sebe in naj bo občutljiv do posameznikovih občutkov in zagotavlja varno in podporno okolje.

### VPRAŠANJA ZA ZAKLJUČEK:

Kako vam je bila igra všeč?

Kako ste se počutili med igro?

Kaj vam je bilo pri igri še posebej zanimivo?





## DELOVNI LIST

### BAROMETER SAMOSPOŠTOVANJA

#### POVEČA SAMOSPOŠTOVANJE

10 stvari, ljudi, krajev, dogodkov,  
zaradi katerih se počutimo dobro.

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.
- 8.
- 9.
- 10.

--

#### ZNIŽA SAMOSPOŠTOVANJE

10 stvari, ljudi, krajev, dogodkov,  
zaradi katerih se ne počutimo dobro.

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.
- 8.
- 9.
- 10.







# KOMUNIKACIJA IN MEDOSEBNI ODNOSI





## ENOSMERNNA, DVOSMERNNA KOMUNIKACIJA

### CILJI:

- dijaki dobijo izkušnjo enosmerne (brez preverjanja spraševanja) in dvosmerne (preverjanje, spraševanje) komunikacije.

ČAS: 40 minut

### POTEK IGRE:

Dijake se razdeli v pare. V parih se usedejo drug nasproti drugega, tako da se dotikajo le s hrbti.

*a) Govori le tisti, ki ima risbo.*

Eden v paru dobi risbo, drugi pa prazen list in pisalo. Tisti, ki ima risbo, jo čim bolj natančno opisuje drugemu, ta pa ne sme ničesar spraševati, komentirati. Ko končata, jo pogledata, kaj je nastalo.

*b) Govorita lahko oba*

V drugem delu vaje pa tisti, ki je sedaj risal, dobi narisano novo sliko in jo opisuje, drugi pa jo riše. Novo pravilo je, da lahko govorita oba. Po končani risbi ponovno pogledata, kaj je nastalo.

Obe vlogi lahko poizkusita oba v paru.

### *Debata:*

Najprej se osredotočijo na počutje v posameznem paru in na to, v kateri vlogi se je posameznik počutil bolje in zakaj.

Debata se nato nanaša na komunikacijo, kdaj se srečujemo z enosmerno komunikacijo in kako se počutijo, kaj je potrebno narediti za dobro komunikacijo, zakaj je potrebno v komunikaciji preverjati? Kakšna je komunikacija, če eden le govori in drugi le posluša?

### VPRAŠANJA ZA ZAKLJUČEK:

Kako vam je bila igra všeč?

Kako ste se počutili med igro?

Kaj vam je bilo pri igri še posebej zanimivo?



## PRENOS INFORMACIJ

### CILJI:

#### Dijaki:

- pridobivajo izkušnje in razmišljanje o tem, kako se informacije prenašajo;
- debatirajo o tem, kako ljudi razumemo druge, kakšne so naše komunikacijske strukture in kaj lahko prepreči težave, ki nastanejo pri prenosu informacij.

ČAS: 40 min (odvisno od velikosti skupine)

### POTEK IGRE:

Najprej učitelj izbere 6 prostovoljcev, ki zapustijo prostor.

#### a) Zgodbica

Učitelj prebere kratko, največ pol tipkane strani dolgo zgodbico, ki naj vsebuje tudi podatke, ki niso pričakovani glede na zgodbo. Eden izmed dijakov nato pove isto zgodbo prvemu prostovoljcu, ki pride v razred. Ta ponovno pove zgodbo naslednjemu, ki pride v razred in tako do konca. Ko so vsi v prostoru, učitelj še enkrat prebere zgodbico vsem.

#### b) Slika

Namesto zgodbe lahko učitelj izbere tudi sliko, ki ima več detajlov in jo pokaže nekemu in ta pove naprej (enako kot pri zgodbici). Na koncu se jo pokaže vsem.

#### *Vprašanja za debato:*

Kako se je prvotna zgodba (slika) spremenila? Kako je prišlo do razlik med začetno in končno zgodbo (sliko)? Kako poteka izguba, sprememba informacij in kako je možno to preprečiti? Kakšne so vaše podobne izkušnje? Kako lahko takšne izgube preprečimo oziroma kaj lahko naredimo, da do tega ne bi prišlo? Kako odreagirate, ko se v vas pojavi kakšna neresnica? Kaj bi lahko naredili? ...

#### VPRAŠANJA ZA ZAKLJUČEK:

Kako vam je bila igra všeč?

Kako ste se počutili med igro?

Kaj vam je bilo pri igri še posebej zanimivo?





## VODENJE IN SODELOVANJE

### CILJ:

- dijaki pridobijo izkušnjo dogovarjanja v majhnem timu. Razvijajo tudi strategije za usklajevanje med timi.

ČAS: 20 min

### POTEK IGRE:

Skupino se razdeli na tri time: na banane, čokolade in sladolede. Vsak tim si zase, v skladu s tem, kar je, izmisli neko gesto, gib, ki je kratek in brez besed, ter ponazarja naziv njihove skupine. O gibu naj se strinjajo vsi v timu. Ko vse skupine najdejo svoj gib, najprej ena skupina, npr. banane, da pokaže svoj gib, nato pa ostali ponovijo. Enako storita še ostali dve skupini.

Nato učitelj pove navodila:

Timi se bodo odločili, katerega od treh gibov bodo pokazali, lahko pokažejo svojega ali od drugih dveh skupin. Igra se konča, ko bodo vsi trije timi pokazali isti gib.

### *Debata:*

Po igri lahko poteka krajša debata: Kako ste sodelovali? Kako ste se dogovarjali? Kakšna je bila strategija, ki ste jo kot tim zavzeli, ko ste se odločali, kateri gib boste pokazali? Ste sledili drugim ali vztrajali pri svojem razmišljanju? Se je bilo težko odpovedati vaši strategiji? ...

### VPRAŠANJA ZA ZAKLJUČEK:

Kako vam je bila igra všeč?

Kako ste se počutili med igro?

Kaj vam je bilo pri igri še posebej zanimivo?



# ODLOČANJE



## MOJI CILJI

### CILJI:

#### Dijaki:

- identificirajo teme/vprašanja, ki so jim pomembna;
- vprašanja, ki so jim pomembna, izražajo in delijo z drugimi;
- vzpostavijo osebne cilje za prihodnje dosežke.

ČAS: 30 minut

### POTEK IGRE:

Dijaki vsak zase dokončajo stavke:

- Stvar, ki je zame zares pomembna, je ...
- Stvar, ki zame trenutno ni pomembna, ampak jo moram opraviti, je ...
- Ovira, ki jo želim premagati, ali problem, ki ga želim rešiti, je ...

V skupinah po štiri naj dijaki razpravljajo o odgovorih. Naj poiščejo podobnosti in razlike.

S celim razredom učitelj deli strategije učinkovitega reševanja problemov. Npr. Vedno preden se odločim, vprašam prijatelje; Nikoli ne sprejemem odločitve, kadar sem jezen/a.

### OPOMBE:

Izmenjava osebnih strategij za spoprijemanje z življenjskimi situacijami lahko predstavlja pomoč in alternative drugim.

Izmenjava med dijaki spodbuja občutek vrednosti, pripadnosti in razvija zaupanje.

Učitelj naj spodbuja dijake, da razmislijo o svoji zmožnosti pomagati in sprejeti pomoč od drugih.

Osebni dosežki in priznanje le-teh s strani vrstnikov, lahko ima pomemben vpliv na samospoštovanje in končno na prihodnje življenjske odločitve, vključno s tistimi, ki se tičejo tveganega vedenja.

### VPRAŠANJA ZA ZAKLJUČEK:

Kako vam je bila igra všeč?

Kako ste se počutili med igro?

Kaj vam je bilo pri igri še posebej zanimivo?



## OSEBNA IZBIRA

### CILJI:

#### Dijaki:

- raziskujejo komponento odločanja;
- prepoznavajo osebne vrednote, ki so jim ljudje zavezani;
- se zavedajo čustev in vplivov na odločanje;
- razvijajo skupinsko empatijo;
- razvijajo spoštovanje do drugih udeležencev, ki imajo drugačno mnenje;
- ponovno ocenijo njihove odločitve, ko imajo več informacij.

PRIPOMOČKI: velik plakat SE STRINJAM, in plakat SE NE STRINJAM, trditve

ČAS: 10-20 min.

#### POTEK IGRE:

Učitelj naj pripne plakat SE STRINJAM na eno steno in SE NE STRINJAM na drugo steno. Preberite naj izjavo z lista trditev učitelja. Dijaki s tem, ko se postavijo pod napis SE STRINJAM ali pod napis SE NE STRINJAM izrazijo svoje mnenje ob posameznih izjavah. Če se ne morejo opredeliti, se postavijo med posamezna napisa.

Učitelj naj spodbuja dijake, da se v posameznih skupinah, ki so jih izbrali pogovorijo med seboj in izmenjajo njihova mnenja.

Učitelj naj prosi dijake, da delijo svoja mnenja s celim razredom (skupino). Po diskusiji naj imajo dijaki možnost, da zamenjajo skupino, če želijo oz. če so spremenili mnenje.

#### *Možnosti:*

- Če ni sten, lahko učitelj na tla narišete črto. Na eni strani napiše SE STRINJAM in na drugo SE NE STRINJAM.
- Dijaki lahko sedijo in svoja mnenja izražajo z rokami: se strinjam (palec navzgor), se ne strinjam (palec navzdol), neopredeljen (dlan na mizi in obrnjena navzdol).
- Dijaki stojijo v vrsti in če se strinjajo z izjavo, stopijo korak naprej, če se ne strinjajo, stopijo korak nazaj, če pa so neopredeljeni, ostanejo na mesto in prekrizajo roke.
- Dijaki iz skupine SE STRINJAM se pogovarjajo z dijaki iz skupine SE NE STRINJAM in potem pretehtajo odločitev





## OPOMBE:

Učitelj naj začne z negrozečimi, in ne kontraverznimi vprašanji. Nato naj nadaljuje z bolj občutljivimi temami, ki se vsebinsko navezujejo na uporabo drog.

Vsebine s specifičnimi temami naj učitelj začne z izjavami, na katere se lahko odgovori.

Učitelj naj razvije varno okolje, kjer se dijaki počutijo udobno, in kjer bo njihovo mnenje spoštovano.

Učitelj mora zagotoviti, da izjave niso sporne ter da ni pravih in nepravilnih odgovorov.

Na podlagi izjav se razvije diskusija, dijaki imajo možnost da izkristalizirajo njihova mnenja na izjave in delijo mnenje, zakaj so se odločili tako kot so se.

Učitelj naj dijake spodbuja, da diskutirajo o svojih vrednotah.

Če je potrebno, naj učitelj spomni dijake na pravila obnašanja.

## Izjave

Izbere naj se nekaj izjav in o njih podrobno razpravlja.

- V našem kraju bi moralo biti več parkov.
- Živalim je treba omogočiti, da se sprehajajo svobodno.
- Zgodbe v medijih povzročajo, da mladi posegajo po drogah.
- Zakoni, ki se tičejo posedovanja drog, niso dovolj strogi za mlade.
- Oglaševanje povzroča, da dekleta začnejo kaditi.
- Povečanje kazni za uporabo drog bi povzročilo, da bi ljudje prenehali posegati po drogah.
- Cigarete in alkohol v primerjavi s prepovedanimi drogami niso problem.
- Uporabnikom drog bi moralo biti omogočeno, da bi dobili čiste igle in brizge za preprečevanje širjenja virusa HIV.
- Povečanje uporabe drog pri dekletih je bolj zaskrbljujoč problem kot pri fantih.
- Starejše generacije so odgovorne za to, da mladi uporabljajo droge.

Učitelj lahko uporabi katerekoli druge izjave, ki so pomembne za lokalno okolje.





## KJE SE VIDIM

### CILJI:

#### Dijaki:

- ocenijo prednosti izbire zdravega življenjskega sloga;
- odprto izražajo občutke;
- identificirajo stališča in vrednote povezane z zdravim življenjskim slogom;
- pokažejo občutljivost do skrbi za svojo dobrobit in dobrobit drugih;
- si postavljajo realne, dolgoročne osebne cilje.

### PRIPOMOČKI: \_delovni list KJE SE VIDIM

### POTEK IGRE:

Posamezno naj dijaki razmislijo, kaj bodo delali čez eno leto oziroma kje se vidijo čez eno leto.

Učitelj naj oblikuje skupine po štiri. V skupinah naj razpravljajo o tem, kje se vidijo čez eno leto, razprava naj vključuje tudi teme življenjskega sloga kot je npr. skrb za telo, uporaba drog, medosebni odnosi, spolnost.

Razpravljajo naj o spodnjih vprašanjih:

- Kakšno bo življenje v prihodnosti?
- Kaj bi želeli spremeniti v njihovem življenju?
- Kako lahko dosežejo določene stvari, ki so jih navedli?

Dijaki posamezno izpolnijo delovni list. V skupinah po štiri razpravljajo o stvareh, ki jih želijo deliti z drugimi.

### OPOMBE:

Cilje, ki jih redno zapisujemo in opredeljujemo, bomo bolj verjetno tudi dosegli. Postavljanje ciljev pomembno vpliva na to, da ljudje čutijo kontrolo nad svojim življenjem, kar posledično pomeni boljše samospoštovanje in manj stresa.

Pomanjkanje ciljev in načrtovanja ima lahko resne posledice še posebej za mlade, ki so bolj občutljivi za tvegane oblike vedenja.

### VPRAŠANJA ZA ZAKLJUČEK:

Kako vam je bila igra všeč?

Kako ste se počutili med igro?

Kaj vam je bilo pri igri še posebej zanimivo?





## DELOVNI LIST

### KJE SE VIDIM

Kje se vidim čez eno leto?

Kaj se mora spremeniti, da bi dobil/a tisto, kar si želim?

Kakšne so omejitve oziroma kaj me drži nazaj?

Navedite dve stvari oziroma aktivnosti, ki bi vas lahko popeljali bliže k cilju:

a. Ta teden

b. Ta mesec

c. To leto

d. V naslednjih treh letih





# IGRE ZA ZAKLJUČEK





## POZITIVNA MISEL

**CILJ:**

- dijaki se uživajo v drugem in izražajo naklonjenost.

**ČAS:** 5 - 10 min**PRIPOMOČKI:** papir, svinčnik;**POTEK IGRE:**

Dijaki naj si v paru izmenjajo listke s pozitivno mislijo oziroma željo, namenjeno sosedu v klopi (Želim ti ... npr.: lep dan, uspeh v šoli, dober rezultat na tekmi, super nastop, ...). Igra je končana, ko si vsi izmenjajo listke.


## OGLEDALO

**CILJ:**

- dijaki dajejo povratne informacije o delavnici, o njihovem počutju med izvajanjem in ustvarijo pozitivno zaključno misel.

**ČAS:** 5 - 10 minut**PRIPOMOČKI:** škatlica, na dnu katere je ogledalo**POTEK IGRE:**

Vsak pove, kaj mu je bilo všeč, kaj ne, kaj si je najbolj zapomnil in kako se je počutil. Ko to vsi povejo, vzame učitelj v roke škatlico in pove, da je v njej odgovor na zelo pomembno vprašanje: »Kdo je najbolj pomembna, dragocena oseba, od katere je odvisna naša prihodnost?« Škatlica z ogledalom kroži med dijaki, vsak zase jo odpre, pogleda vanjo in spet zapre ter preda naprej. Vaja poteka v tišini.





## VIRI

Bregant, Alenka, ur. 1999. *Prvi koraki: Metodični priročnik za poučevanje človekovih pravic*. Ljubljana: Amnesty International Team.

Levec, Alenka. 2000. *To smo mi: priročnik za učenje socialnih veščin*. Ljubljana: Center kontura.

Prevention Partners. *Red Ribbon Week Classroom Activities*. Dostopno prek: <http://www.preventionpartners.com/stuff/exercises.cfm> (avgust 2011)

Rozman, Urša. 2006. *Trening socialnih veščin*. Nova Gorica: Educa, Melior.

Teacher Created Resources. Dostopno prek: <http://www.teachercreated.com/lessons/> (september 2011)

UNICEF. *Life Skills – Based Education for Drug Use Prevention / Training Manual*. Dostopno prek: [www.unicef.org/lifeskills/files/DrugUsePreventionTrainingManual.pdf](http://www.unicef.org/lifeskills/files/DrugUsePreventionTrainingManual.pdf) (september 2011).

Virk-Rode, Jožica in Belak-Ožbolt, Jasna. 1991. *Razred kot socialna skupina in socialne igre*. Ljubljana: Zavod RS za šolstvo.

