

Životu na stope

I. BLOK

STRETNUTIA I. BLOKU

1. stretnutie Tu to bude žiť, „bejbe“
2. stretnutie Štartovací balíček
3. stretnutie Iniciačný rituál
4. stretnutie Ja, ty, moje, tvoje, vy, ich, naše
5. stretnutie Vážení, toto dokážem
6. stretnutie Karaoke
7. stretnutie Mestský prepad
8. stretnutie Mojich 5
9. stretnutie Život je farebný
10. stretnutie Dúha v mojom srdci I.
11. stretnutie Dúha v mojom srdci II.
12. stretnutie Pramatka Eva – žena, ktorá bola pri tom

Poznámky na úvod:

- život je pestrý - preto aj stretnutia majú byť pestré, živé, život prinášajúce, kľúčová je variabilita činností a miest stretaní (aj keď „základňa“ musí byť prítomná, napr. pod názvom „stretkomiestnosť“)
- návrhy stretnutí sú motivačné - možno ich preskupiť, doplniť, upraviť podľa stavu a potrieb skupiny
- dôležitá je komunikácia animátoriek medzi sebou – ako vnímajú skupinu, jednotlivé dievčatá, ich potreby, zrenie, či stagnáciu

1.1 TU TO BUDE ŽIŤ, “BEJBE”

1:30-2:00 hod. / nezáväzn¹(telocvičňa, ihrisko, prípadne iná miestnosť)



„Vyblážňovacia“ hra, uvoľňujúca napätie (napr. jedna z nižšie uvedených možností). Hry majú mať rás veselosti, ale nie bezbrehej bláznivosti. Aby neboli únikom do „prázdnoty“, animátorky ich správne korigujú.

a) Papierové gule

Prehadzovanie papierových gúľ na územie protivníka (dievčatá sú rozdelené do 2 skupín, animátorky dopredu pripraví papierové gule a rytmickú hudbu).

b) Hamburger

V priestoroch telocvične s matracami alebo karimatkami je úlohou postaviť čo najväčší hamburger, ktorý spolu drží (matrac-osoba-matrac-osoba). Namiesto matracov možno použiť karimatky. Keď je hamburger hotový, animátorky sa ho snažia s rozbehom rozvrátiť. (Môže sa hrať aj hot-dog, v tom prípade sa skladá matrac-osoba-matrac).

c) Tance

Niektoré zo známych spoločných tancov.



Následne animátorky pozývajú dievčatá do inej miestnosti, kde ich očakáva pripravené vkusné, ale jednoduché stolovanie, napr. jednoduché chlebíky s nátierkou a čaj. Dôležitý je aranžmán: kvety, obrus. Stolovať možno aj na zemi: okolo sú vankúše, prípadne matrace na sedenie, aby sa dievčatá za stolom necítili príliš formálne.

Základné symboly: Spoločné stolovanie



Skúsenosť spoločne prežiť radosti, ktorá dáva tušiť očakávanie „budúcich dobier“ stretaní.



- Prv ako sa začne stolovať, môže dostať každá účastníčka slovo, na ktorom prezentuje samu seba (na uľahčenie je vhodná pomôcka formou „tip-tap-top“ zoznamovačky. Každá účastníčka odpovie písomne na pár otázok (upozorníme na čitateľnosť). Kartičky s odpoveďami sa dajú do stredu skupiny, zamiešajú a každý si vyťahne náhodnú kartičku. Tú si prečíta, ak je jeho, zamení si. Kartičky s odpoveďami sa postupne čítajú nahlas. Po prečítaní jednej odpovede animátorka vždy vyzve, aby po odrátaní „tip, tap, top“ každý

¹ nie miestnosť, v ktorej sa bude skupina stretávať počas roka

ukázal na osobu, o ktorej si myslí, že sú to jej odpovede. Ukazuje na niekoho aj osoba ktorej sa to naozaj týka, aby sa neprezradila. Tá sa následne prizná k svojej kartičke, pričom ostatní držia ruky ukazujúc na osobu, ktorú predpokladali. Odpovede danej osoby možno znovu prečítať, aby si účastníci znovu uvedomili, ako odpovedala (napr.: obľúbená farba, jedlo, počet súrodencov, často hovorené slovo...).

Pomôcky: magnetofón, rytmická hudba, komponenty k spoločnému stolovaniu, kartičky, perá.

Pred spoločným stolovaním sa jedna z animátoriek pomodlí žalm *Pán je môj pastier...*

Naladenie na nasledujúce stretnutie: Obliecť si pekné, slávnostné oblečenie.

ŠTARTOVACÍ BALÍČEK 1.2

1:30-2:00 hod. / park, otvorená príroda (nie ďaleko od miesta stretnutí)

Začínáme opäť mimo miestnosti, kde budú bývať stretnutia skupiny, na neutrálnom mieste. Môže to byť vopred vyhladenuté miesto, napr. v blízkom parku. Toto bude slúžiť ako stretávacie miesto v niektorých výnimočných prípadoch. Bude to naše miesto. Preto už vopred vyzveme dievčatá, aby si dobre všimli určité veci, podľa ktorých si zapamätajú toto miesto. Nepovieme im, že to bude naše miesto. Môžeme ho prípadne pomenovať, dať mu priliehavý názov: napr. Údolie sivých skál, Žabia roklina, Vrbovisko rozbitých fliaš... podnietime v nich tvorivé uvažovanie.

1. fáza: Prv než pôjdeme na miesto, kde sa budeme pravidelne stretávať, každá si vyberie jednu krabičku, papier a stuhu. Do krabičky vložia, čo sa im z okolia páči (kameň, kvet,... ale aj to, čo majú vo vreckách a vložia tam aj jeden papierik, ktorý každej z nich dajú animátorky). V papieriku je zabalený kamienok s menom dievčaťa a na papieri je napísaný zoznam vonkajších aj vnútorných vlastností, (s ktorým budeme pracovať neskôr). Každé dievča si zabalí krásny balíček a spoločne sa presunieme do našej miestnosti. Každá si nesie balíček sama.

2. fáza: Vstup do miestnosti. Vnútri horí svieca a po stenách sú povešané nápisy: dobrota, fandím ti, hnevám sa, ohovárajú ma, cítim sa fajn, viem, že ma majú radi, neznášam ju, je mi to jedno, nezaujímá ma to, ten chlapec je pekný, mám rada túto hru,



nechápe ma, je to o ničom, nemám kredit, fajn esemeska, kopa by som do toho, pomóóc, umieram od nudy, nie som na tom dobre, zasa písomka, musím skoro vstávať, super zmrzlina, dobrý film, nový mobil...

Vyzveme dievčatá, aby nápisy dali dole a roztriedili podľa kľúča: pozitívne-negatívne, krátkodobé-dlhodobé, neviem....

Základné symboly: truhlica, kamienok

Zážitok spoločného štartu celoročných stretnutí, pochopenie kvalít, ktorými skupina disponuje.

- V čom sa líšia tieto nápisy od tých na dverách? (sú osobnejšie).
- Ktoré sú dôležitejšie?
- Tie indiferentné, či tie, ktoré sa nás osobne dotýkajú? Všetky sú súčasťou nášho života, a preto sa na ne budeme snažiť spolu pozrieť, riešiť, zaujať postoj, počúvať ich, počúvať sa, rozoznávať ich váhu.

Štartovací balíček a jeho komponenty

V tejto dynamike si uvedomíme, že byť na začiatku, neznamená byť s prázdnyimi rukami. V rukách niečo máme. V našich rukách niečo je. V nás niečo je. My niečo máme. Vysvetlíme funkciu štartovacieho balíčka (v začiatkoch nejakej zmeny, pri spúšťaní určitých procesov, ale aj na niektorých akciách sú tieto balíčky prvá, základná výbava slúžiaca k podpore zámeru. Konkrétne: pri zavádzaní eura bol uvádzací balíček v hodnote 500,- Sk. Na stretnutí mládeže s pápežom si bolo možné kúpiť základný balíček, ktorý obsahoval: pršiplášť, ruženec, texty na sv. omšu, nápoj, konzervy, pero a pod.)

Každá z nás má štartovací balíček pre toto „stretko“. Vybajte si kamienok z papiera, ktoré ste dostali od animátoriek a zaškrtnite komponenty = vlastnosti vášho osobného „štartovacieho balíčka“. Počas tichej hudby si dievčatá podčiarkujú alebo zaškrávajú vlastnosti, ktoré sa ich týkajú. Animátorky počas toho píšú spoločné komponenty, ktoré už „stretko“ vlastní: dobrá vôľa, radosť, odhodlanie, spolupráca, chuť niečo zažiť, snaha obdivovať...

„Stretková pokladnica“

Všetko toto vložíme do „stretkovskej pokladnice“, ktorá môže byť vyrobená z veľkej krabice, najlepšie by však bola skutočná drevená truhlica, ktorá sa neskôr použije na nocovačke na rituál.

Toto je pokladnica nášho „stretka“, do ktorej budeme vkladať a z ktorej budeme brať. Vieme už teraz, že to budú rôzne poklady. (Pokladnicu nenechávame v miestnosti, aby ju niekto nezničil. Vždy pred začatím „stretka“ však musí byť v miestnosti a najlepšie, keby bola postavená na vyvýšenom mieste – na stojane alebo podstavci.)

Vylievačka

Na začiatku každého „stretka“ je veľmi vhodné vytvoriť priestor vylievania sa, spontánne sa porozprávať, kto s čím prišiel, čo prežíva, ako mu je....K tomu sú však potrebné isté dohovory a vyjasnenia, pretože každá má asi svoje predstavy a štýl komunikácie – môžeme si spísať vlastné podmienky, čo komu robí dobre a čo mu pomáha k slobodnému „vyliatu sa“. Napr.: čo sa tu povie, sa nevynáša von; nie sme skokani do reči... a pod.

Pomôcky: krabičky rôznych veľkostí, darčekový papier rôznych druhov, stuhy, vkusne oblečené animátorky

Sediac v kruhu (ak je možnosť v kaplnke) si posúvame mlčky pri tichej hudbe z ruky do ruky kamienky s menami. Pri vypnutí hudby si každá prečíta meno na kamienku, ktorý jej ostal – za túto „spolustretkáčku“ sa bude počas týždňa modliť. (Ak si vytiahne svoje meno, vymení si). Držiac sa za ruky nasleduje spoločná modlitba. Túto aktivitu možno určitý čas opakovať na každom „stretku“. Dievčatá to majú rady a spája ich to.

Úloha: Vzájomná dohoda - večer v posteli Zdravas za naše stretko.

Naladenie na nasledujúce stretnutie: Obliečť sa pekne, slávnostne

Skupinový poster: Reklamný priestor, pripomienkovač alebo stretkový billboard - ako vonkajšia pamäť toho, čo sme spolu zažili, zažívame a hovoríme, vytvoríme si vlastný, tzv. hovoriaci priestor. Dáme dievčatám k dispozícii plagát, štipce, nožnice, papierovú pásku, písacie potreby a necháme ich, nech spoločne vytvoria tento priestor pre „stretko“ (ak sa miestnosť používa aj pre stretnutia iných, prípadne na premietanie, výslovne ohraničíme priestor na stene, ktorý bude náš a rešpektujeme to, že zdieľame priestor aj s inými).



1.3 INICIAČNÝ RITUÁL

2:00 hod. / „stretkomiestnosť“



Bez vysvetlenia zaviažeme dievčatám oči. Animátorky oblečené v spoločenských, najlepšie v plesových, dlhých šatách, vstúpia do miestnosti.

Rituál odovzdávania „stretkodenníkov“: Dievčatám dáme dolu šatky. Jedna z animátoriek sa prihovori dievčatám. Pokojne a v skratke im predstaví dôležitosť „stretkodenníkov“, ktoré dostanú. Postupne vyzvú dievčatá po mene a odovzdajú im ich.

Význam „stretkodenníkov“

Je samozrejmé, že okrem spoločného vlastníctva je dobré, ak si niekto môže vziať aj osobne z toho čo tu budeme robiť a prežívať. „Stretkodenníky“ sú pripravené menovite – na obale je názov „stretka“, meno dievčaťa v zdrobnej forme; na prvej strane sú údaje o animátorkach (meno, priezvisko, telefónne číslo a osobný podpis); na ďalšej stránke je tabuľka pre vstupné údaje o „spolustretkáčkach“).

Potom si skupina urobí spoločnú fotografiu (vytlačená bude visieť v miestnosti, ako prekvenenie pri nasledujúcom stretnutí).



Žatva informácií - nasleduje zber informácií o „spolustretkáčkach“. Každá každej vpiše svoje údaje osobne, čitateľne a môže doplniť aj odkaz. Je dôležité, aby sa to realizovalo v pokojnej, srdečnej atmosfére.

Potom nasleduje formulácia pravidiel skupiny, ktoré animátorky napíšu na baliaci papier zaujímavým spôsobom a do budúceho stretnutia vyvesia v „stretkomiestnosti“ (dôležité je pravidlo diskretnosti, aby dievčatá cítili, že môžu komunikovať bezpečne).

Madam Maxi

Ak je skupina veľmi energická, hašterivá, neľahko utíšiteľná, môžeme použiť motivačný prvok „stretkových“ lósov, peňazí, žetónov a pod. Za isté veci môžu dostávať tieto motivačné body, vyjadrené hmatateľným spôsobom, najlepšie, ak je na nich symbol „stretka“. Tieto motivačné body dostávajú po „stretku“ anonymným spôsobom tak, že ich animátorky pridelia dievčatám do obálok a každá si ich vždy na začiatku nasledujúceho „stretka“ vyberie z osobnej obálky a zapíše do „stretkodenníka“. Môže tu vystupovať tajomná bytosť „madam Maxi“, ktorá prideliuje maximálny počet za všetko chvályhodné – od „zaparkovania“ mobilov, cez dobré

skutky, po upratanie miestnosti, výborne správanie a aktivitu. Počas „stretka“ tým veľmi neoperujeme, len v prípade nevyhnutnosti pripomenieme, že „madam Maxi...“

Parkovisko mobilov

Na stretku uprednostňujeme interpersonálnu komunikáciu, preto môžeme zaviesť tzv. parkovisko mobilov – krabičku s týmto nápisom, kde hneď po príchode dievčatá vložia svoje mobily. Za toto madam Maxi pridružuje body vždy a navyše body, ak sú mobily na tichý režim .

Vysvetlenie: Po rituále odovzdania „stretkodenníkov“ je vhodná uvoľňujúca hra.

Základné symboly: spoločenské šaty, „stretkodenníky“

Odovzdaním „stretkodenníkov“ iniciovať schopnosť zvnútornenia a syntézy.

Pomôcky: stretkodenníky, šaty, fagle, perá

Naladenie na nasledujúce stretnutie: Nabudúce sa stretneme na našom mieste (v parku pod vrbou a pod.). Nenápadne zistíme, ktoré dievčatá majú a ktoré nemajú mobily s fotoaparátom a doriešime túto vec tak, aby nabudúce každá mala možnosť fotiť.

JA, TY, MOJE, TVOJE, VY, ICH, NAŠE 1.4

1:30-2:00 hod. /naše miesto

hra, napr. schovávačka

Začne vhodným príbehom (skúsenosťou), ktorým animátorky komunikujú dievčatám významnosť nejakého miesta – napr. ako si stavali v detstve bunker, ako si robili doma stan zo stoličiek a diek, mali v meste lavičku, na ktorej sedávali ako partia a kecali s kamoškami. Vysvetlíme dievčatám, že ich úlohou bude za určitý časový interval odfotiť im blízke miesto, kde sa dobre cítia. Môže to byť v meste, doma, kdekoľvek. Stretneme sa v našej miestnosti. Fotografie stiahneme do počítača a spoločne si ich pozrieme aj s vysvetlením autoriek. (Vhodné je premietanie fotiek cez dataprojektor).

Vysvetlenie: V tomto momente začíname pracovať na otváraní sa dievčat pre hlbšiu komu-

