

VI. TIMSKO DELO

Za osebe s težavami v duševnem zdravju je laku timsko delo nekoliko težavno, glede na to, da znajo biti socialne spretnosti in njihova uporaba zanje še posebej velik izziv. Potrpežljivost, empatija in zaupanje so nekatere izmed sposobnosti, ki jih je potrebno imeti pri delu z drugimi ljudmi za skupni cilj. Vendar pa prednosti dela v skupini presegajo zgolj izpolnitev neke naloge; gre tudi za lastno učenje in učenje od drugih ljudi. Chic & Craft vrstniški mentorji moraj obiti navajeni dela v skupini, olajšati proces izgradnje skupine ob hkratnem ustvarjanju prijetnega delovnega okolja.

VI.1. VIDETI CELOTNO SLIKO

Razvijanje sposobnosti: Timsko delo.

Materiali: Vsem dobro poznana slika ali risanka, razstavljena na posamezne dele, ki omogoča pripravo sestavljanke ali puzzle (in kopija celotne slike za pomoč), listi papirja, škarje, svinčniki, voščenke.

Opis: Vsakemu udeležencu dajte košček "sestavljanke" in jim pomagajte, da narišejo kolikor se le-da natančno kopijo tega koščka, ki bo seveda večja kot originalna slika. Udeleženci bodo soočeni s težavo nepoznavanja zakaj ali kako njihovo lastno delo vpliva na celotno sliko (usposabljanje). Ko bodo vsi udeleženci pripravili svoje kopije, vzemite originalno manjšo sliko (v enem kosu) in jih pozovite, da svoje lastne kose postavijo skupaj, da dobijo original

Predlogi: Omenjeno vajo iz t.i. reševanja problemov zaključite z razpravo na dobrih praksah timskega dela in pomenu samostojnega ali 'predmetnega' dela, kjer vsak posameznik, s svojim individualnim delom na svojih nalogah, doprinese k skupnemu rezultatu.





VI.2. PAZLJIVO ŠTETJE

Razvijanje sposobnosti: Timsko delo, poslušanje, koncentracija.

Opis: Udeleženci po vrsti preštejejo zaporedno od 1 do 10 in nazaj do 1. Vsakdo lahko izreče katerokoli izmed teh števil, vendar če je ena izmed števil izrečena od več udeležencev, morajo ponovno začeti s štetjem.

Predlogi: To vajo lahko uporabimo za ogrevanje in osredotočenost ali pa zaključek posameznega srečanja.





VI.3. NAŠ IDEALEN ČLAN TIMA

Razvijanje sposobnosti: Odkriti značilnosti oziroma kvalitete tima, okrepiti timsko delo.

Materiali: Flip-chart (samostoječa) tabla, barvna pisala, listi papirja, svinčniki.

Opis : Člane Chic&Craft tima razporedite v 2 skupini in jih pozovite, da v vsaki skupini z drugimi udeleženci podelijo lastne prednosti in pozitivne lastnosti, za katere menijo, da bi lahko prispevale k uspehu njihove skupine. Le-te naj tudi zapišejo na list papirja. Po zaključku teh dveh diskusij, vsaki skupini dajte en velik kos papirja, navadne liste papirja barvna pisala in svinčnik. Pozovite jih, da naredijo/opišejo "najboljšega člana tima" tako, da kombinirajo prednosti in pozitivne lastnosti vsakega izmed članov tima. Tej "osebi" naj tudi določijo ime, jo narišejo in z nalepkami ali pripisi označijo njene lastnosti. Skupina naj o tej osebi zapiše zgodbo s poudarkom na vseh tistih zadevah, ki jih taka namišljena oseba zmore narediti z vsemi svojimi neverjetnimi lastnostmi. Ob koncu te aktivnosti naj vsaka skupina podeli opis te osebe z drugo skupino – v kolikor dela samo ena skupina, naj svoje delo podeli s strokovnim delavcem in prebere spremno zgodbo o tej osebi. Ob koncu te aktivnosti pozovite k razpravi o tem ali se udeleženci sedaj počutijo kaj bolje in bolj pripravljeni na za delo kot skupina.

Predlogi: Ta vaja je resnično priporočljiva, saj gradi na kreativnosti udeležencev. Predstavlja način, kako razmisliti o vrednotah, ki jih cenijo pri drugih ljudeh in posledično omogoča zavedanje, da je potrebnega precej dela za doseganje takih lastnosti pri samem sebi. Vaja vas bo presenetila!!





VI.4. LOV NA MRHOVINO

Razvijanje sposobnosti: Timsko delo, reševanje težav, kreativnost.

Materiali: Seznam predmetov, ki smo ga natisnili.

Opis: Vašo skupino razdelite na dve enako veliki skupini in jim naročite, da vam poiščejo stvari iz seznama in jih prinesejo. Na vas je ali boste vajo izvajalo v prostorih organizacije ali pa izven. Poglavitni cilj je priti nazaj v isti prostor prej kot druga skupina – z večino stvari iz seznama. Vaja je lahko tematsko obarvana in lahko vsebuje vrsto namigov ali drugih zapletov, ki pripravijo skupino do tega, da uporabi svojo ustvarjalno in dela skupaj..

Predlog stvari, ki jih lahko dodate na seznam: gumb, račun, starejša stvar, izdelek izdelan doma, poslovna kartica, deteljica, idr.

Predlogi: Namesto iskanja stvari, lahko udeležencem postavite naloge, ki jih morajo opraviti skupaj.





VI.5. NASLONI SE NAME

Razvijanje sposobnosti: Zaupanje, timsko delo.

Opis: Pozovite udeležence, da se v parih postavijo drug nasproti drugemu. Komolci naj bodo upognjeni, dlani obrnjene proti drugemu. Sedaj naj položijo skupaj svoje dlani in se začno počasi opirati drug na drugega, da bi se na koncu v celoti opirali drug na drugega. Nato naj začno počasi delati korake nazaj, da bodo na koncu za to, da bodo lahko stali, v celoti odvisni od partnerja s katerim delajo. Po zaključku vaje povabite skupino k razpravi o težavah pri izvedbi te vaje in razlogih za to – kako zna biti težko zaupati sovjo lastno stabilnost nekemu drugemu v strahu, da ne bi sami padli.

Predlogi: Naslanjanje na nekoga drugega bo v začetku zagotovo težko za večino. Zato je priporočljivo, da to vajo ponavljate na več srečanjih in pustite, da se zaupanje med udeleženci razvije postopoma.





V kolikor fizična pripravljenost ali stanje udeležencev ne omogoča izvedbe vaje na tak način, lahko poskusite s temi opcijami:

1) Udeleženci naj se postavijo drug proti drugemu v parih. Potem naj se pogledajo v oči in gredo počasi drug proti drugemu. Proti drugemu hodijo tako dolgo, dokler se ob tem počutijo prijetno.

2) Udeleženci naj se postavijo drug proti drugemu v parih. Komolci naj bodo upognjeni, dlani pa obrnjene proti drugemu. Potem naj se udeleženci brez pogovora začno gledati v premikati roke proti drugemu. Kasneje se pogovorite o tem, kdo je prevzel iniciativo, kdo je samo sledil drugemu, ali je bilo to prijetno za oba, se je vodenje spremenilo?





VI.6. VZTRAJAJ!

Razvijanje sposobnosti: Timsko delo, strateško razmišljanje.

Opis: Naloga skupine je, da poskušajo balon ali napihljivo žogo čim dlje obdržati v zraku z vnaprej določenim številom zamahov, ne da bi žoga padla na tla in ne da bi se en posameznik žoge dotaknil dvakrat zapovrstjo.

Skupaj z udeleženci določite število predvidenih zamahov, ki jih bodo opravili z upoštevanjem prej omenjenega pravila. Ko skupina doseže zastavljeni cilj, lahko povečate število zamahov ali pa greste proti "svetovnemu rekordu" in preverite koliko zamahov lahko skupina opravi z upoštevanjem zgornjih omejitev.

Ta zabavna aktivnost je težja kot se zdi! V kolikor ima skupina pri tem težave, jim dajte možnost, da spremenijo strategijo in ustvarijo načrt za naslednji poskus.

Vedno imejte v mislih zdravstveno stanje udeležencev s katerimi delate, saj je lahko ta aktivnost tudi precej zahtevna in utrujajoča za udeležence.





VI.7. PRIJATELJSTVO NA DELOVNEM MESTU

Razvijanje sposobnosti: Vodenje, timsko delo in komunikacija.

Opis: Udeležence pozovite k razmisleku o prednostih in težavah, ki jih prinaša prijateljstvo v delovnem okolju. Postavite vprašanja kot so: *Ali menite, da je prijateljstvo na delovnem mestu pomembno? Zakaj? Ali menite, da tako prijateljstvo lahko predstavlja težavo in zakaj?* ter splošna vprašanja o prijateljstvu kot so: *Ali menite, da je v prijateljstvo potrebno vlagati trud? Kaj so prednosti slednjega? Ali menite, da v prijateljstvo ni potrebno vlagati truda? Zakaj?* In tudi naslednja vprašanja: *Kaj označuje dobro prijateljstvo? Kaj označuje slabo prijateljstvo?* O vsem tem se pogovorite v povezavi s programom usposabljanja.

Omenjena razprava bo osvetlila možne strahove ali dvome vrstniških mentorjev, ki jih imajo pri skupnem delu s prijatelji ter omogočila določiti dejavnike, ki zagotavljajo pozitivno delovno okolje za vse. Prav tako se bo s tem vzpostavilo ogrodje za produktivno timsko delo in stile vodenja, spodbujeni bodo različni komunikacijski stili in osebne omejitve.





VI.8. SKUPNE STVARI

Razvijanje sposobnosti: Timsko delo, empatija.

Opis: Pozovite udeležence, da skupaj poiščejo vsaj 10 stvari, ki so vsem skupne. Pri tem naj ne mislijo o stvareh ki so povezana z oblačilnim stilom, njihovim bolezenskim stanjem ali fizičnimi značilnostmi. Osnovni namen te naloge je bolje spoznati ljudi s katerimi delajo skozi njihove namene ali tisto kar imajo ari ali česar ne marajo.

Predlogi: Dinamika te vaje je zelo preprosta vendar zelo uporabna za utrjevanje vezi med Chic & Craft vrstniškimi mentorji.

Vajo izvedite v časi, ko se bodo udeleženci skupine med sabo že bolje spoznali, ob koncu usposabljanja.

