



Метою майстерні є навчання опікунів і учасників європейських клубів роботі зі збереження історичної пам'яті, та налагодження діалогу між поколіннями в Україні, що особливо актуально в контексті Європейського року 2012.

Бажано, аби учасники тренінгу вже мали певний досвід цієї роботи, у пригоді також стануть знання і навички з волонтерства. Під час майстерні євроклубівці зможуть вдосконалити ці вміння – з урахуванням особливих потреб осіб, що пережили війну.

Пропонований тренінг – гарна площадка, аби обмінялись досвідом діалогу зі свідками війни і жертвами нацизму, а також залучити нові Євроклуби та інші школи – де немає Євроклубів – до цієї діяльності. Наше спільне завдання – виконати цю роботу!

Детальніше про проект, інші корисні поради – на сайті: iremember.org.ua.

ЧАСТИНА 1. ЗНАЙОМСТВО, ВСТУП

На початку кожного тренінгу необхідно з'ясувати очікування учасників, що хочуть отримати від часу, який вони витратять на тренінгу, де вони збираються застосовувати ці знання і навички, яким чином. Можна записувати на фліп-чарт, або усно висловлювати. Ведучий в процесі тренінгу повинен постаратися задовольнити очікування учасників, враховуючи при цьому ідеї самого заходу.

Вправа 1. Знайомство у формі інтерв'ю

Розбитися на пари і за 10 хв. на пару дізнатися якомога більше один про одного. І є обов'язкове питання: "Ким би з супер-героїв хотів би бути, якою силою володіти і чому". Коротко розповісти про свого респондента на всю групу (1-2 хвилини).

Вправа 2. Об'єднатися в групи по троє

Дається завдання знайти предмети, які володіють певною якістю. Принести ведучому, показати іншим групам. Це не змагання, а можливість проявити свою творчість і не стандартне мислення.

Приклад: знайти щось кругле, жовте; м'яке та прозоре; рухоме і має запах.

Вправа 3. "Ми схожі, ми різні"

Ведучий називає будь-яку ознаку, учасники мають зібратись в групи за цією ознакою.

Наприклад: імена починаються на 1 букву. За кольором очей, за знаком зодіаку, по троє, хлопчики - дівчатка, по улюбленому предмету в школі, за наявністю братів-сестер, домашнім тваринам.

Вправа 4

Розповісти значення свого імені або історію, чому так назвали, або щось пов'язане з імі'ям.

ЧАСТИНА 2. ТРЕНІНГ “ДІАЛОГ ПОКОЛІНЬ”

Стереотипи, пов'язані зі старінням

Вправа 1. “Фруктовий салат”

Учасники сидять на стільцях у колі. Ведучий знаходиться всередині кола. У нього немає місця. Учасники по черзі розподіляються за назвою фруктів: яблуко, апельсин, банан, малина. Ведучий командує, називаючи один з фруктів (учасники з назвою цього фрукта повинні помінятися місцями) або “фруктовий салат” (усі міняються місцями, при чому на сусідні місця пересідати не можна). Ведучий місця не займає.

Вправа 2

Всі учасники об'єднуються в чотири групи. Бажано, щоб у групі було не більше 9 осіб, і не менше 3. Вправа складається з двох етапів: індивідуальний і груповий. Спочатку кожен індивідуально пише характеристики літнім людям (їх поведінку, звички, характер, ставлення до життя і інших людей, до себе). Потім об'єднується зі своєю групою. Інші 2 групи пишуть характеристику себе в старості (як виглядатимуть, чим займатимуться, поведінка, звички, ставлення до життя і інших людей, до себе). Також з початку індивідуально, потім об'єднуються.

Усього має вийти по 2 характеристики просто літніх людей і себе в старості. Тепер необхідно все зобразити на папері за допомогою символів, знаків, цифри можна. Кожна група презентує свою роботу, відповідає на питання, обговорення.

Питання для обговорення:

- Що було складного?
- Чим відрізняються, чим схожі характеристики себе і людей похилого віку?
- Які стереотипи тут проявилися? З чим вони пов'язані?
- Яким чином ми передаємо ці установки оточуючим?

Вправа 3. Тестування на визначення психологічного віку людини. 20 хв.

Паспортний вік не є показником віку психологічного. Він не є індикатором здатності чи не здатності людини. Вік - це відчуття повноти життя.

Тестування

Уявіть собі подумки все своє життя - минуле, сьогодення, потенційне майбутнє. Як ви думаєте, до якого віку ви доживете (дайте більш-менш реальну оцінку, постарайтеся правильно оцінити всі обставини)?

У таблиці обведіть кружком число, відповідне вказаному вами віку (з точністю до 5 років). А тепер спробуйте оцінити кожне п'ятиріччя вашого життя за ступенем насиченості важливими для вас подіями: будь-якими змінами в природі і суспільстві, вашому внутрішньому світі (думках, почуттях, переживаннях), стані вашого здоров'я, в сім'ї, на роботі, в навчанні, в відносинах з друзями і т. п. Спочатку оцініть насиченість першого п'ятиріччя (до 5 років), поставивши знак плюс (+) у відповідній клітинці таблиці (10 балів - максимальний ступінь насиченості, 1 бал - мінімальний).

Аналогічним чином оцініть насиченість інших п'ятиріч, як минулих, так і майбутніх, аж до зазначеного віку.

Увага! Кожне п'ятиріччя обов'язково повинно мати оцінку насиченості і тільки одну!



Тест “Мій психологічний вік”

Віковий інтервал, років	Ступінь насиченості важливими справами в балах									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
0-5										
6-10										
11-15										
16-20										
21-25										
26-30										
31-35										
36-40										
41-45										
46-50										
51-55										
56-60										
61-65										
66-70										
71-75										
76-80										
81-85										
86-90										
91-95										

Результат: _____

Ключ до тесту "Мій психологічний вік"

1. Підрахуйте загальну суму балів за всіма п'ятиріччями (які пройшли і майбутнім).
2. Підрахуйте, скільки балів припадає на минулі п'ятиріччя. Якщо вам, наприклад, 30 років, то слід взяти суму балів від 1-5 до 26-30 років включно. Але якщо вам 31 рік, то потрібна невелика поправка: до наявної суми "минулого" додайте 1/5 бала, що стоїть у графі 31-35 років. Якщо вам 32 роки, додайте 2/5, якщо 33 - 3/5 і т.д.
3. Розділіть суму балів "минулого" на загальну суму балів всіх п'ятиріч.
4. Помножте цей показник на передбачувану вами тривалість життя.

Вправа 4. *Твір листів від імені людини, яка пережила війну в майбутнє.* 30 хв.

Пропоновані теми:

- Мене звати Настя, мені 7 років. Нас з родиною на початку війни було евакуйовано до міста Актюбінська. Мій батько партійний працівник.
- Мене звати Ольга, я перебуваю в окупації вже 2 місяці в своєму селі Фазлікі на Волині. Я допомагаю загонам УПА.
- Мене звати Оля, мені 5 років, наше село Новотроїцьке Полтавської області вже 4 місяці знаходиться на окупованій території.
- Мене звати Галина, я тут в Німеччині вже півроку працюю служкою в німецьких господарів.
- Мене звати Авраам, мені 19 років, я вже 2 місяці знаходжусь у німецькому концтаборі.
- Я – Марія, стала зв'язковою УПА.
- Мене звати Володя. Я солдат Червоної Армії, зараз ми ведемо бої за Сталінград.

ЧАСТИНА 3. МАЙСТЕРНЯ ІСТОРИЧНОЇ ПАМ'ЯТІ "Усна історія". Методика проведення інтерв'ю

Введення в тему

Обговорити з аудиторією у формі діалогу наступні питання:

- Як розуміється аудиторією поняття "усна історія";
- Що є продуктом "усної історії";
- Де вони вже зустрічалися з цим методом.

Дати коротку інформацію щодо видів інтерв'ю, спираючись на презентацію (додається). Особливу увагу приділити біографічному інтерв'ю, тому що воно являє собою найбільшу цінність для історичного дослідження, висвітлити які джерела можуть доповнювати інтерв'ю.

Після презентації з'ясувати з аудиторією:

- поняття респондент, інтерв'юера.
- яка є роль інтерв'юера.

Вправа 1

Об'єднати учасників у 4 групи. Можна це зробити в такий спосіб: попередньо заготовити аркуші паперу за кількістю присутніх, на яких написано 4 види тварин в рівній кількості. Кожен витягає листочок. Завдання - видаючи звуки цих тварин, об'єднатися в групи.

Кожна група одержує фліп-чарт, маркери і завдання. Необхідно зробити презентацію по своїй темі:

1. Мета роботи інтерв'юера, які він може допустити помилки при проведенні інтерв'ю;
2. Етапи роботи інтерв'юера;
3. Як необхідно готуватися до інтерв'ю;
4. Як необхідно запитувати під час інтерв'ю.

На це завдання відводиться 15 хв. Далі кожна група презентує результати своєї роботи. Аудиторія обговорює і доповнює.

Вправа 2

Використовуючи метод мозкового штурму, складаємо пам'ятку "Що необхідно зробити відразу після проведення інтерв'ю". Складаємо приблизну анкету проведення інтерв'ю, враховуючи всі фактори.

Вправа 3

Об'єднуємо присутніх в групи по 3 людини. Це можна зробити, попередньо заготовивши аркуші паперу 3-х кольорів, на яких написані цифри з розрахунку за кількістю людей, поділену на 3. Люди з однаковими цифрами об'єднуються в групи. Один колір - респондент, 2 - інтерв'юер, 3 - експерт.

Завдання: інтерв'юер проводить з респондентом інтерв'ю на будь-яку тему (хобі, навчання, ставлення до останніх новин і т.п.). Завдання експерта - слідкувати за правильністю процесу відповідно до отриманих раніше навичок і знань, все записувати для подальшого аналізу, в процесі вправи не втручатися.

Інтерв'ю проводиться 15 хв. Після чого обговорення.

Питання для респондента:

- Чи комфортно Вам було в ході проведення інтерв'ю?
- З якого моменту Ви відчули легкість у спілкуванні?

Питання для інтерв'юера:

- Чи йшов на контакт з вами респондент?
- Що стало для Вас складністю?

Питання для експертів:

- Чи помітили Ви якісь помилки з боку інтерв'юера в ході проведення інтерв'ю?
- Що було позитивного? Як інтерв'юер виходив зі складних ситуацій?

Важливо: обов'язково між вправами використовуйте **енерджайзери** (руханки). Вони не дадуть учасникам сильно втомитися, і зроблять тренінг більш жвавішим, цікавішим, більш ефективним. Приклади ви знайдете у додатку.

Додаток: Приклади ігор-руханок

1. “Подаруй мені посмішку”

Один доброволець починає, підходить до одного з учасників і будь-якими словами (краще щирими компліментами), мімікою намагається домогтися посмішки (фізичну силу не застосовувати).

2. “Покажи свою любов”

Діляться на 2 команди як естафета, перший обіймає другого, другий – третього і т.д. (Показує свою любов). Останній біжить на перше місце і все починається з початку.

3. “Шикуйся!”

Аудиторія працює в нових групах. Ведучий називає будь-яку ознаку, за якою учасники швидко об'єднуються в маленькі групки.

- У кого однаковий колір очей
- У кого повне ім'я починається на одну букву
- По улюбленому стилю музики
- Хто вчився в одному університеті (інституті)
- По улюбленому кольору
- У кого день народження в одному місяці
- По тому, чим займалися в дитинстві (спорт, хобі)
- По улюбленій порі року
- За кольором волосся
- По тому яка тварина була чи є

4. “Застигла картинка”

Порахуйтеся на 1 і 2, розбийтеся по командах, придумайте назву. Ведучий говорить якісь абстрактні поняття (радість, любов, успіх, щастя, життя). Необхідно протягом 5 хв. створити застиглу картинку, потім пояснити її значення, чому так, що відчували всередині картинки, чия ідея, звідки вона взялася.

5. “Я ніколи не ...”

Учасники розсаджуються по колу, праву руку виставляють долонею вниз, щоб її всі бачили. Перший учасник говорить реально, що він не робив, той хто робив, загинає палець. Якщо загнуті всі 5, то йому придумують фант.

6. “Скакалки”

Учасники стають у коло, кожному під ноги кладеться аркуш паперу. Завдання - стрибати всім разом так, щоб не наступати один одному на п'яти і стрибати точно на листочки.

7. “Темп”

Учасники встають у вільному порядку. За командою ведучого їм потрібно протягом 1 хвилини торкнутися 4-х дерев (кутків кімнати, предметів жовтого кольору, дерев'яних предметів і т.д.) та 6-ти пар колін і 5-ти ліктів. Хто перший закінчує - видає переможний клич індіанців. Ця гра швидко мобілізує енергію учасників.

8. “Коктейль рухів”

Пила і молоток - правою рукою виконуються рухи, що імітують пилку дров, лівою рукою - забивання цвяхів.

9. “Іподром”

Всі стоять у колі. Ведучий розповідає правила гри: Коні біжать - тупотимо ногами, плюс: Біжать коні по іподрому - лясаємо долонями по колінах. По камінню - б'ємо кулаками по грудях. По болоту - чвакаємо долоньками. Через бар'єр скачуть - лясаємо. Два бар'єру - два хлопки. Трибуна джентльменів - половина кола кричить. Трибуна леді - половина кола верещить. Після того, як ведучий розповів правила і показав руху, він починає швидко віддавати команди, інші повинні озвучувати дії.

10. “Масаж”

Встаньте колом. Поверніться наліво. Кожен треться о спину людини, що стоїть попереду, потім поверніться в інший бік і потріться о спину людини, що стоїть від вас з іншого боку.

11. “Бінго”

Гра, що допомагає людям дізнатися цікаві факти один про одного. Люди ходять по кімнаті й спілкуються, поки вони не знаходять людей, які відповідають фактам, що перераховані на спеціальних аркушах, зроблених в бінго-стилі. Ця гра відноситься до ігор-“криголамів” (icebreakers).

Рекомендований розмір групи це: великий або дуже великий. Гра найкраще працює в групі з 25 осіб. У неї можна грати в приміщенні або на відкритому повітрі. Необхідні матеріали: друковані аркуші бінго і ручки. Вік від 12 років.

Метою цієї гри є в ході пересування по кімнаті отримати підписи людей, факти про яких перераховані на аркуші бінго. Як тільки людина успішно отримує підписи в повний ряд (5 клітин в ряд), чи то по горизонталі, вертикалі або діагоналі, то він чи вона кричить “Бінго!” і перемагає.

Ця гра вимагає трохи підготовки. Підготовка: таблиця 5 на 5 клітин, з цікавими фактами, що пишуться всередині клітин. Ці факти можуть включати в себе смішні або дивні речі. Наприклад:

- Любить анчоуси
- Був на Гавайях
- Володіє більш ніж двома мовами
- Ніколи не літав літаком
- Має більше чотирьох братів
- Не мився впродовж понад трьох днів

Будьте винахідливі! Після того як ви підготували таблицю (анкету “Бінго”), роздрукуйте необхідну кількість копій для очікуваної кількості гравців.

Інструкція:

Роздайте аркуш та ручку кожній людині. Поясніть мету гри і наступні правила: (1) кожна людина, в якій ви будете питати може розписатись у Вас в аркуші лише один раз, і (2), щоб виграти, ви повинні отримати підписи в 5 клітинах в ряд по горизонталі, вертикалі чи діагоналі.

Скажіть “Старт!” – гра почалась! Як тільки хтось кричить “Бінго!”, ви перевіряєте відповіді. Власник аркуша за потребою, має знайти тих, хто розписався у виграшних 5 клітинах и представити їх. При бажанні, ви можете попросити кожну людину пояснити ті факти. Ця гра - цікавий спосіб познайомитися з гумористичними або унікальними фактами про людей. Насолоджуйтесь!

12. “Чотири кути” або “Чотири квадрати”

Підходить для початку навчального семестру або як забавний спосіб для людей, щоб краще пізнати один одного. Підходить для людей будь-якого віку, для малих та середніх груп. Зазвичай це займає близько 15 хвилин. Вам знадобиться аркуш паперу і письмове приладдя. Не хвилюйтеся, ніяких художніх навичок, необхідних для цієї гри не потрібно!

Інструкція:

Поширити ручку і аркуш паперу для кожного гравця. Кожна людина ділить лист на чотири квадрати або шляхом складання паперу навпіл в два рази (вертикально і горизонтально) або просто малюючи горизонтальну і вертикальну лінії, яка перетинає одна одну в середині. В кожному квадраті, кожна людина буде презентувати себе у вигляді малюнків. Необхідно вибрати ці чотири теми заздалегідь. Наприклад, в лівому верхньому кутку кожен бажуючий міг би намалювати “хобі”, а у правому верхньому кутку, люди могли б ілюструвати “улюблене місце на Землі для відпочинку”, внизу зліва може бути щось на кшталт “якщо б ви були твариною, то ким?”, і в правому нижньому куті можна було б щось на кшталт: “Що найважливіше у вашому житті?” Не соромтеся бути творчими!

Дати групі 5-10 хвилин, щоб намалювати. Коли всі закінчать, зібратись разом і спільно подивитись малюнки в групі. Ця гра є прекрасним способом для того, щоб показати і розповісти учасникам що робить їх унікальними!

Ця проста гра може бути адаптована відповідно до ваших потреб.

Бажаємо успіхів у проведенні! Про свій досвід пишіть на е-пошту iremember.org.ua@gmail.com



Розробники тренінгу: Олександра Кіріченко, Вікторія Калашнікова, к.і.н.

Проект “Залучення молодіжних Євроклубів до збереження історичної пам'яті в Україні” виконує Українська асоціація європейських студій, за підтримки Міжнародної громадської організації “Міжнародний фонд “Взаєморозуміння і толерантність”