Naslov: Stvari niso vedno tako, kot se zdijo (Things are not always as they seem)

Koda vaje: SLINTEGRA044

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Moduli:** | **Velikost skupine:** | **Trajanje:** |
| 5. Strategije reševanja konfliktov  6. Strategije reševanja problemov | Posamezno/Individualno  Majhna skupina  Velika skupina | 15 min |

**Namen:**

* Se naučiti kako pravilno oceniti situacijo
* Razviti zdrav odziv na situacije in dogodke
* Se naučiti in izboljšati pozitivno komuniciranje/interakcijo z ljudmi

**Opis:**

Pomislite na situacijo, ko ste prehitro sklepali in ste rekli ali naredili nekaj kar obžalujete .

Pri delanju boljših odločitev, nam pomaga če poznamo resnico. Knowing the truth helps us to make better choices. V prostorih spodaj, opišite: In the space below describe the

* Sprožilni dogodek ( kaj se je zgodilo)
* Reference??' (kako ste napačno ocenili situacijo)
* Nezdrav odziv (kaj ste naredili ali rekli, da zdaj obžalujete)
* Resnica(kaj se je v resnici dogajalo)
* Zdrav odziv (Kaj lahko storite)

**Metode:**

Izkušenjsko učenje, razprava/diskusija

Ta vaja se lahko izvaja posamično/individualno ali pa v majhni ali veliki skupini. Kot individualna vaja, lahko pomaga oceniti lastne napake v presoji dogodkov, ljudi in situacij. Ampak v skupinski dinamiki, je vaja orodje, ki ga trener uporabi pri vzpodbujanju udeležencev, da se bolje spoznajo z zdravimi in nezdravimi odzivi na dogodke, ljudi in situacije. But in a group dynamic, the exercise is a tool with which the trainer encourages the participants to get acquainted with what healthy and unhealthy responses to events, people or situations mean.

**Nasvet za trenerje:**

Trenerji naj posvetijo pozornost bistvu vaje, to je predstaviti in informirati kaj pomeni če oseba reagira zdravo in funkcionalno na zunanje faktorje in kako se oseba z nezdravim odzivom obnaša.. S konkretnimi primeri naj trenerji prikažejo razliko med temi odzivi in približa vsebino vaje k udeležencem.

**Vir/Literatura:**

Spremenjeno in prilagojeno iz from Teaching Center, Washington University, St. Louis

**Izroček/Učni list:**

Vaja – Stvari niso vedno tako, kot se zdijo