

# SZÓHALÁSZAT

Metodo Integrato Marchio Patti®  
ASS. LA CITTÀ DEL SOLE



5-10 fő



2 óra



beltéri



írás | gondolkodás

## CÉL

- ÖNKIFEJEZÉS
- elképzeléseink szavakba öntése
- rugalmas véleményformálás / nézőpont-választás
- az önmagunkkal és a másokkal való kapcsolat fejlesztése

## BEVEZETÉS



A gyakorlat arra készíti a résztvevőket, hogy kezdeményezők legyenek és használják problémamegoldó képességüket a kreatív íráskészség gyakorlásán keresztül.



Fantázia-történeteket írni egy olyan művészeti ág, mely bizonyosságot hoz személyes életünkbe, mert bárki is a mesélő, az képes távolságot tartani az aktuális eseményektől, és képes azok mélyére nézni. Elkezdődik egy önismereti folyamat, amely minden személy jóllétének alapja.



A cél, hogy minden résztvevő lehetőséget kapjon arra, hogy kifejezze önmagát. Nem mestermunkák kell hogy szülessenek, éppen ezért kiemelten fontos, hogy kerüljük el az ítékezés bármely formáját a résztvevők történeteivel kapcsolatban.



## ESZKÖZÖK

- papírok
- tollak
- színek (ceruzák, kréták)
- 5 db doboz/kosár ( a papírok elhelyezésére)

## ELŐKÉSZÜLETEK

- kényelmes hely
- címkézd fel az 5 dobozt a következőkkel: érzések, tárgyak, szereplők, helyek, idő
- helyezd el az 5 dobozt a tér közepén

# LÉPÉSEK

Minden résztvevő egy nagy körben ül az 5 felcímkézett doboz körül, majd mindenki kap 10 db papírlapot.

1. A résztvevők szavakat írnak fel a papírlapokra. Ne szabjunk semmilyen kritériumot, pusztán az egyes kategóriákat (érzések, tárgyak, szereplők, helyek, idő/kor) kell a résztvevőknek figyelembe venni. Majd ezt követően elhelyezni a szavakat a megfelelő dobozban.

2. Keverd össze a dobozok tartalmát, majd egyesével minden résztvevő húz egyet minden kategóriából.

3. (30 perc) Miután mindenki húzott, a résztvevők nekilátnak megírni a történetüket, azokat a szavakat felhasználva inspirációként, amelyeket kihúztak. Dolgozzanak ki minden apró részletet és szabadon adjanak hozzá bármit, amit hasznosnak találnak a történetalkotás szempontjából. Végül adjanak címet is a történetnek.

4. Ezt követően minden résztvevő megosztja az általa írt történetet a csoportban.

SZÓHALÁSZAT

## KIÉRTÉKELÉS:

- Mit éreztél a folyamat egyes fázisai során?
- Hogyan élted meg a történet kitalálását, ami csak a te alkotásod volt? Milyen érzés volt az megosztani a többiekkel?
- Mit gondolsz, hogyan támogat téged ez a gyakorlat a kiégés-megelőzésben és az ellenállóképességed erősítésében?

## MEGJEGYZÉSEK:

Változat 1: ha kis csoporttal dolgozol még egy harmadik részt is hozzáadhatsz a gyakorlathoz, amely során a résztvevők illusztrációt is készítenek a történethez.

Változat 2: ha nagy csoporttal (több mint 15 fővel) dolgozol, akkor kisebb csoportokra oszthatod őket és a gyakorlat a következők szerint módosítható: ahelyett hogy egyéni történeteket alkotnának, a kis csoportban dolgoznak a résztvevők egy közös történet megírásán.

A facilitátor szerepe, hogy ideális körülmények megteremtésével támogassa a folyamatot és segítségére legyen a résztvevőknek az önkifejezésben. Ne javasolj témát a történetükhöz, de támogasd őket abban, hogy megtalálják saját ötleteiket a történetükhöz. Kerüld a háttérzenét, minthogy az befolyásolhatja a résztvevők

