

PROJEKT WARSZTATÓW KOMUNIKACYJNYCH

Autor: Karolina Mackiewicz

ZAŁOŻENIA:

Cykl 5 sesji, po 3 godziny każda.

Uczestnicy: osoby niewidome, słabo widzące i z problemami psychicznymi.

TEMAT:

Komunikacja to siła. Od samotności do wspólnego dzieła.

Warsztat opiera się na praktycznym przeprowadzeniu procesu od samotności, zamknięcia i lęku, poprzez przełamywanie barier, w celu osiągnięcia praktycznego efektu: umiejętności komunikacji jako narzędzia pomagającego żyć lepiej i odważniej.

Proces taki jest uniwersalny i dotyczy każdego człowieka, dlatego mile widziany byłby udział asystentów i wolontariuszy tak, aby poczuć siłę różnic i jedność niezależnie od różnic.

Narzędziem warsztatowym będzie tworzenie podczas 5 dni warsztatów audycji radiowej o każdym z uczestników. W miarę upływu czasu, grupa pomaga sobie nawzajem i audycje o każdym uczestniku stają się pracą wspólną (przez co uzyskujemy dowód, że komunikacji można używać do wspólnego tworzenia czegoś dobrego w grupie)

Wyprodukowana audycja (ok. 5 minut), będzie materialnym owocem warsztatu, motywacyjną pamiątką w trudnych chwilach.

Dzień 1.

Planujemy audycję.

Poznajemy się: kim jesteś, w czym jesteś dobry, czym mógłbyś się podzielić z innymi uczestnikami

Podsumowanie dnia: podstawa dobrej komunikacji to poznanie drugiego człowieka.
Poznawanie się przełamuje barierę strachu.

Dzień 2.

Część druga poznawania się: kiedy czujesz się samotny? Kiedy czujesz się bezpieczny? Co cię przeraża i przerasta? Podaj przykład. Co sprawia, że czujesz się bezpieczny i co robisz, kiedy się boisz?

Podsumowanie dnia: dzielenie się słabościami to nie słabość, a każdy problem opowiedziany drugiemu człowiekowi staje się o połowę mniejszy.

Dzień 3.

1. Wypełniamy naszą audycję dodatkowymi elementami: prezentacja ulubionych utworów muzycznych uczestników, prezentacja osoby, która im imponuje,

inspiruje lub po prostu śmieszy do łez. Utwory muzyczne będą przerywnikami w audycji.

2. Przełamujemy bariery: drugiego dnia warsztatów uczestnicy podali przykład tego, co ich przerasta lub przeraża. Teraz w sposób praktyczny, w formie 5-minutowego ćwiczenia w grupie, „rozbrajamy” konkretny problem.

Podsumowanie dnia: zaczynamy działać w grupie i zaczyna to już przynosić wymierne efekty dla każdego z osobna. Poczucie zamknięcia i samotności zmniejsza się.

Dzień 4.

Realizujemy audycje każdego uczestnika po kolei, robimy to wspólnie, na podstawie planu z dnia 1, informacji z dnia 2 i dodatkowych efektów z dnia 3.

Podsumowanie dnia: po 4 dniach od poznania się tworzymy wspólne dzieło, które zostanie z każdym z nas.

Dzień 5.

Uroczysta prezentacja audycji i podsumowanie osiągnięć, czyli „level master komunikacji”

Codzienne sesje chciałabym zacząć i skończyć krótką, 5-minutową sesją mindfulness.

UWAGA: tematyka, szczególnie w dniu 2 może budzić obawy przed wymuszoną wiwisekcją i niepotrzebną terapeutyzacją uczestników. Jako moderator wychwytyuję prostsze problemy, a raczej objawy problemów, i na ich rozwiązaniu skupiam się w dniu 4., ponieważ chodzi tu o pokazanie mechanizmu rozwiązania problemu poprzez zakomunikowanie go.

POWYŻSZY PROJEKT JEST MOIM AUTORSKIM WARSZTATEM I UPRZEJMIE PROSZĘ O NIE ROZPOWSZECZNIANIE POWYŻSZEGO SCENARIUSZA BEZ MOJEJ ZGODY.