



Co-funded by  
the European Union

---

IMAMO VEČ KOT ENO ŽIVLJENJE

Pogodba: **2022-1-PL01-KA210-ADU-000084097**

## SCENARIJ DELAVNICE

**{Tvoja zgodba Imam moč, da spremenim svet}**

Verzija: 1.0

Urednik: FUNDACJA PASJONACI ŻYCIA

Avtor: Tomasz Furtak

Datum:



## Splošni cilji:

**Glavni cilj usposabljanja je usposobiti skupino odraslih učencev\_k – prejemnikov\_ic organov – za edukatorje pri izvedbi predstavitev za dvig ozaveščenosti različnih skupin ljudi.**

**Pričakovani učni rezultati:**

**Po usposabljanju je vsak udeleženec\_ka:**

- 1. sposoben podati zanimivo, čustveno in ganljivo zgodbo, ki bo dosegla občinstvo, ga navdihnila in dala prostor za razmislek**
- 2. pozna pravila javnega nastopanja, ve, na kaj mora biti pozoren in česa se izogibati**
- 3. zna pripraviti in izvesti predstavitev tako, da bo zanimiva za občinstvo**
- 4. zna uporabljati govorico telesa med predstavitvijo**
- 5. zna sodelovati z občinstvom in se prilagajati njihovim trenutnim pričakovanjem.**



## Podroben scenarij delavnice – nasveti za predavatelja

Podroben opis tem usposabljanja	Učinki usposabljanja/pridobljena znanja in veščine	Postopek usposabljanja po korakih	Metode, gradiva, vaje	Trajanje
<b>KAKO POVEDATI SVOJO ZGODBO</b>				
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Načrt priprave zgodbe</li> <li>- Značilnosti dobre zgodbe</li> <li>- Tehnični vidiki pripovedovanja zgodbe</li> <li>- Govorica telesa, govor kretenj in verbalno sporočilo</li> <li>- priprava predstavitev na podlagi lastne zgodbe</li> <li>- Osnovna načela krepitve samozavesti pri govoru</li> <li>- Osnovna načela govorne prakse</li> <li>- Osnovna načela nastopanja pred kamero</li> </ul>	<p><b>Po končanem usposabljanju udeleženec_ka:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Pozna model priprave zgodbe</li> <li>● Pozna osnovna načela priprave in pripovedovanja zgodbe</li> <li>● Zna pripraviti lastno zgodbo na podlagi uveljavljenih načel</li> <li>● Zna pripraviti in izvesti predstavitev na podlagi lastne zgodbe</li> <li>● Pozna in zna udejaniti načela krepitve zaupanja ter kretnje in govorico telesa</li> <li>● Pozna osnovna načela nastopanja pred kamero</li> <li>● ve, katere vaje uporabiti, da bodo <b>nastopi še boljši in popolnejši</b></li> </ul>	<p><b>1 Predavatelj udeležencem predstavi program usposabljanja, razdeljenega na sledeče tematske sklope v teoretičnem delu:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- načrt priprave zgodbe</li> <li>- značilnosti zgodbe, ki bo dobro sprejeta pri občinstvu</li> <li>- tehnični vidiki pripovedovanja zgodbe</li> <li>- priprava predstavitev na podlagi lastne zgodbe</li> <li>- govorica telesa, govor kretenj in verbalno sporazumevanje</li> <li>- osnovna načela krepitve samozavesti pri nastopanju</li> <li>- osnovna pravila za vadbo nastopanja pred kamero</li> </ul> <p><b>Podroben program tematskih sklopov v teoretičnem delu – predavateljeva predstavitev udeležencem, uporaba pri praktičnem delu:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- načrt priprave zgodbe</li> </ul> <ol style="list-style-type: none"> <li>a) začnemo z ekspozicijo, z razlago, zakaj pripovedujemo zgodbo in o čem govori</li> <li>b) sledi razvoj zgodbe, npr. kako je prišlo do tega, da sem zbolel_a, kaj sem takrat čutil_a, kako sem se odločil_a za boj proti bolezni, kakšno podporo sem imel_a</li> <li>c) vrhunec, npr. situacija, ko sem bil_a na robu življenja, kaj sem takrat čutil_a</li> <li>d) razplet zgodbe, npr. edina možnost za okrevanje je bila presaditev organa</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Predavanje – Power point predstavitev (pripravljena za projekt) – teoretični del</li> <li>Praktični del</li> <li>● Razprava</li> <li>● Deljenje izkušenj</li> <li>● Delo v skupini</li> <li>● Samostojno delo</li> <li>● Pripovedovanje zgodbe pred kamero – snemanje, pri katerem sodelujejo vsi udeleženci</li> </ul>	<p><b>Teoretični del - 2 uri</b></p> <p><b>Praktični del 2 x 2 uri</b></p> <p><b>Snemanje – odvisno od števila udeležencev</b></p>



		<p>e) srečen konec skupaj s sporočilom, npr. kaj sem čutil_a po presaditvi, kako se je moje življenje spremenilo, kakšen_a sem sedaj kaj bom povedal_a ljudem, ki dvomijo, kako lahko moj zgled služi drugim</p> <p><b>- Značilnosti zgodbe, zaradi katerih jo občinstvo dobro sprejme – razprava o različnih značilnostih:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>a) dinamična</li><li>b) privlačna</li><li>c) zanimiva</li><li>d) navdihujoča</li><li>e) čustvena</li><li>f) temelji na dejstvih</li><li>g) nosi pomembno sporočilo</li></ul> <p><b>- tehnični vidiki pripovedovanja zgodbe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>a) Za začetek pisanje zgodbe, kot se je udeleženec_ka spominja in jo čuti</li><li>b) Prvi poizkus pripovedovanja zgodbe na podlagi predhodno napisanega</li><li>c) Delo v skupini, poslušanje pripomb, popravljanje napak, izboljšave besedila</li><li>d) Skrajšanje pripovedi, z namenom ohranitve pomena in čustvenega naboja, pri čemer ne smemo pozabiti, da dobra zgodba ne sme biti daljša od 4 minut</li><li>e) Pripovedovanje zgodbe v 4-minutni različici.</li></ul> <p><b>- Priprava predstavitve na podlagi lastne zgodbe</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>a) Pravilo 10 + 30 pomeni: predstavitev ne sme imeti več kot 10 drsnic, traja naj okoli 30 minut / lahko je rahlo skrajšana, npr. 9 drsnic, okoli 25-27 minut / v tem primeru lahko predvidevamo, da bo občinstvo ostalo osredotočeno,</li><li>b) dva dela predstavitve – okoli 30 minut - predstavitev /priporočeno</li></ul>		
--	--	---	--	--



		<p>skrajšanje za 5 minut/ - okoli 10 minut – razprava, odgovori na vprašanja /priporočeno podaljšanje za 5 minut/.</p> <p>Opombe: vaše zgodbe so rdeča nit predstavitve – pripravite jih na zaporednih drsnicah kot čustveno zavezujoč element. Ne pozabite, da so v predstavitvi glavna čustva, dejstva in številke so na drugem mestu.</p> <p><b>- govornica telesa in govor kretenj v primerjavi z verbalnim sporočanjem, interakcija s poslušalci</b></p> <p>a) Na kaj moramo biti pozorni</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- uporaba rok kot poudarek besedam – kretnje pomagajo pri sporočilu, ga okrepijo, pomagajo skriti tremo, vizualizirajo zgodbo.</li><li>- gibanje rok naj bo naravno, odraža naj značaj osebe, naj ne bo izumetničeno.</li><li>- roke naj bodo odprte, da ne “zaprete” sebe in sporočila</li><li>- drža naj bo sproščena, a hkrati samozavestna in trdna.</li><li>- držimo se načela omejenega gibanja, hodimo le po določenem prostoru, da ne zakrivamo predstavitve</li></ul> <p>b) Česa se moramo izogibati:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- nonšalantne drže</li><li>- pretiranih kretenj rok</li><li>- igranja s pisalom ali drugimi predmeti, ki motijo poslušalce</li><li>- uporabe pointerja</li></ul> <p>Verbalno sporočanje</p> <p>Na kaj moramo biti pozorni pri verbalnem sporočanju:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- govorimo razumljivo</li><li>- hitrost govorjenja mora biti skladna z našim značajem, vendar raje govorimo počasneje kot prehitro</li><li>- uporabljamo premore, ki nam pomagajo poudariti posamezen odlomek.</li></ul>		
--	--	--	--	--



		<p>Čemu se izogibamo pri verbalnem sporazumevanju</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- spominski metodi</li><li>- besedam, ki so nerazumljive ali pretirano znanstvene</li><li>- zapletenim stavkom</li><li>- enostavni stavki bodo delovali.</li></ul> <p>Interakcija s poslušalci</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- pri vstopu osredotočimo pozornost poslušalcev</li><li>- ne begajmo z očmi, ne osredotočajmo se na podrobnosti v prostoru oziroma zunaj skozi okno, osredotočimo se le na poslušalce</li><li>- če so nekateri poslušalci nemirni in moteči, jim tega ne očitamo, ampak jih umirimo s trenutkom tišine</li><li>- obravnavamo tudi najbolj "neumna" vprašanja občinstva</li><li>- povemo, da bomo to razjasnili po dogodku, če je vprašanje pomembno, pa takoj po koncu uvoda.</li></ul> <p><b>- Osnovna načela krepitev samozavesti pri nastopanju</b></p> <p>Pripravlje_an sem, zagotovo mi bo uspelo – namesto: ne bom uspešen_a, izjave bom pozabil_a</p> <p>Bil_a sem pripravljen_a, vse je šlo po načrtu - namesto: ne bo mi uspelo!</p> <p>Razumeli so me, vse je bilo jasno – namesto: niso me spraševali, najbrž ne razumejo</p> <p>Včasih se zmotimo, napake bom odpravil_a – namesto: šibak_ka sem, zagotovo mi ne bo nikdar uspelo</p> <p>Z majhnimi koraki napredujem proti cilju – namesto: sem začetnik_ca, ne bodo me poslušali</p> <p>Ni bilo vprašanj, naslednjič pa bodo – namesto: nisem bil_a dober_a, ker ni bilo vprašanj</p> <p><b>- osnovna pravila za vadbo govora, nastopanje pred kamero</b></p>		
--	--	--	--	--



		<ul style="list-style-type: none"><li>- vadite svoj govor pred ogledalom</li><li>- vadite svoj govor pred družino, prijatelji – naj vas oni ocenijo kot dobro občinstvo</li><li>- posnemite se s snemalnikom - odpravite svoje napake</li></ul> <p>Ko nastopate pred kamero:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- glejte v objektiv, razen če snemalec ali novinar ne da drugačnih navodil. Če niste prepričani, vprašajte.</li><li>- izogibajte se beganju z očmi</li><li>- vaše sporočilo naj bo čustveno pozitivno, tudi če govorite o resnih stvareh</li><li>- stojte sproščeno / smiselno je vprašati, v kakšnem kadru boste prikazani</li><li>- če naredite napako med snemanjem, naj vas ne bo strah prositi za ponovitev.</li></ul> <p><b>2. predavatelj_ica nadaljuje k praktičnemu delu:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>a) skupinski komentarji k teoretičnemu delu</li><li>b) skupinska razprava o njihovih izkušnjah in idejah glede priprave zgodbe</li><li>c) odprta razprava o lastnih izkušnjah z boleznijo in okrevanjem</li><li>d) predavatelj udeležence spomni na načrt priprave zgodbe iz teoretičnega dela</li><li>e) udeleženci napišejo zgodbo na kartice</li><li>f) popravki napisane zgodbe – napotki in popravki predavatelja, komentarji skupine</li><li>g) vsak udeleženec_ka poskusi predstaviti lastno zgodbo - napotki in ocena predavatelja, komentarji skupine</li><li>h) individualno delo na izjavi</li><li>i) izjave – zgodbe po oceni in popravkih</li><li>j) skupinsko delo na vključitvi zgodbe v predstavitev edukatorjev s pomočjo primera kratke predstavitve – priprava predstavitve na osnovi lastne zgodbe</li></ul> <p><b>3. snemanje</b></p>		
--	--	--	--	--



---

		a) uvod v snemanje – najpomembnejši elementi nastopanja pred kamero – opomnik glede vsebin iz teoretičnega dela delavnice b) snemanje zgodb posameznih udeležencev		
--	--	---	--	--

## 1. Učni pripomočki (seznam)

Power point predstavitev– teoretični del – projektor, platno  
Kartice, pisala, snemalnik

## 2. Metode ocenjevanja

Rezultat usposabljanja bodo kratki, 4- minutni videoposnetki, v katerih bo posamezni udeleženec\_ka povedal\_a svojo zgodbo. Vsak udeleženec\_ka bo prejel\_a končen videoposnetek, ki ga bo predal\_a predavatelju v individualno oceno: kaj še lahko spremeni, izboljša, na kaj naj bo pozoren\_a. Zaključene zgodbe bodo osnova za informativne predstavitve edukatorjev o darovanju in presaditvah organov za dvig ozaveščenosti javnosti.

*Ta publikacija je nastala v okviru projekta "You are more than one life", ki ga sofinancira Evropska unija. Podpora Evropske komisije pri nastajanju te publikacije ne pomeni podpore vsebini, ki odraža le stališča avtorjev, in niti Komisija niti nacionalna agencija ne moreta biti odgovorni za kakršno koli uporabo informacij iz te publikacije. Publikacija je brezplačna. Publikacija je na voljo za nadaljnjo uporabo pod licenco Creative Commons. Priznanje avtorstva. Nekomercialna uporaba 4.0 International (CC BY-NC 4.0).*

Podrobnosti so na voljo na naslovu: <http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/deed.pl>.