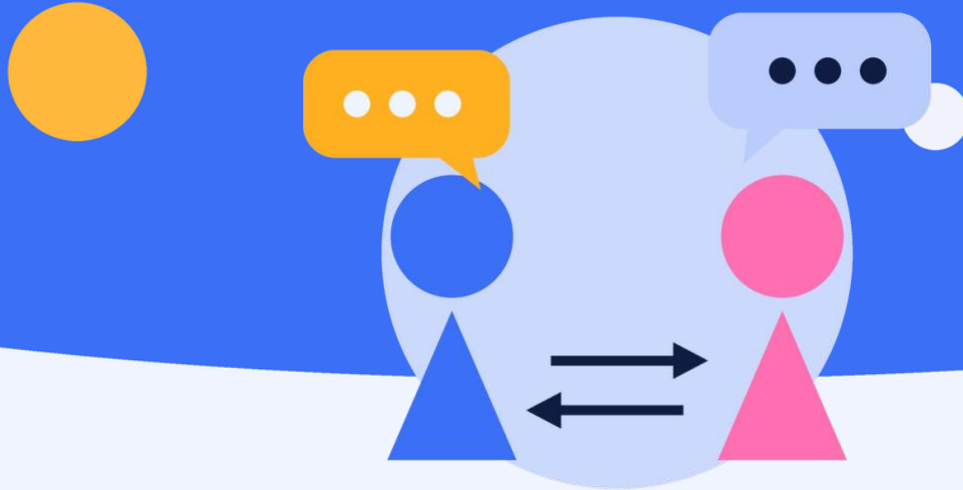


Lomu kartes

Konflikta lomu spēles vingrinājumam

Sešas situācijas drukāšanai un izgriešanai



KAM TAS DOMĀTS

Rokasgrāmatā aprakstītajam konflikta lomu spēles vingrinājumam vajadzīgas lomas, kuras līdz šim katru reizi nācās izdomāt no jauna. Šis ir gatavs komplekts: sešas situācijas, katrai divas kartes. Izdrukājiet, izgrieziet pa punktētajām līnijām un izdaliet. Kartes izsniedz atsevišķi — A personai nav jālasa B personas karte.

Kā to vadīt

1. Sadaliet pāros un izdali kartes. Dodiet minūti klusai izlasīšanai.
2. Nosakiet laiku — piecas minūtes pietiek. Ilgāk reti kad dod ko jaunu.
3. Nepārtrauciet, pat ja saruna iestrēgst. Klusums konflikta vidū arī ir daļa no vingrinājuma.
4. Apturiet pusceļā un lūdziet samainīties lomām. Šis ir visa vingrinājuma svarīgākais brīdis.
5. Noslēdziet ar apli — vispirms iziešana no lomas, tikai pēc tam pārrunas.

IZIEŠANA NO LOMAS

Pirms sākat pārrunas, lūdziet katram skaļi nosaukt savu vārdu un pateikt vienu patiesu teikumu par sevi — jebko, kaut vai to, ko ēda brokastīs. Izklausās nenožīmīgi, bet bez tā daļa cilvēku paliek lomā un pārrunā vingrinājumu tā, it kā runātu par sevi. Tas aizņem minūti, un to nedrīkst izlaist.

Novērotāja karte

NOVĒROTĀJS — JA STRĀDĀJAT PA TRĪS

PIEVĒRSIET UZMANĪBU

Kurā brīdī saruna iestrēga un kas to atbrīvoja.

PIEVĒRSIET UZMANĪBU

Vai kāds pateica to, ko „neteiks uzreiz”. Ja jā, kas notika tieši pirms tam.

PIEVĒRSIET UZMANĪBU

Cik reižu izskanēja vārds „tu” salīdzinājumā ar „es”.

PIEVĒRSIET UZMANĪBU

Vai kāds pajautāja otram, kā viņš jūtas — un kas tad mainījās.

PIEVĒRSIET UZMANĪBU

Vai saruna beidzās ar vienošanos vai vienkārši izsīka.

1. Kāds ir norobežojies

Katra no tām šādā vai līdzīgā veidā tiešām ir notikusi darbā ar jauniešiem. Nevienai nav pareizā risinājuma — svarīga ir saruna, nevis uzvara.

1. Kāds ir norobežojies

LOMA A — DRAUGS

KAS JŪS ESAT

Jūs pazīstat šo cilvēku gadiem. Jau mēnesi viņš neatbild, atsauc tikšanās, nodarbībās sēž nomaļus.

KO JŪS JŪTAT

Satraukums, sajaukts ar dusmām. Nezināt, vai esat kaut ko izdarījis nepareizi.

KO JŪS VĒLATIES

Uzzināt, kas notiek, un dzirdēt, ka tas nav jūsu dēļ.

KO NETEIKSIET UZREIZ

Ka jūtaties atstumts un mazliet aizvainots.

1. Kāds ir norobežojies

LOMA B — CILVĒKS, KURŠ NOROBEŽOJIES

KAS JŪS ESAT

Jau nedēļas tikko spējat piecelties. Negribat par to runāt, jo nespējat to nosaukt vārdā.

KO JŪS JŪTAT

Nogurums un kauns. Katrs jautājums par pašsajūtu skan kā pārmetums.

KO JŪS VĒLATIES

Lai kāds būtu blakus, bet neizvaicātu.

KO NETEIKSIET UZREIZ

Ka neatbildat nevis tāpēc, ka negribat, bet tāpēc, ka nav spēka.

2. Viss darbs uz viena cilvēka pleciem

2. Viss darbs uz viena cilvēka pleciem

LOMA A — TAS, KURŠ IZDARĪJA VISU

KAS JŪS ESAT

Bijāt trīs cilvēku komanda. Projektu nodevāt laikā, bet lielāko daļu izdarījāt viens pats.

KO JŪS JŪTAT

Izsīkums un netaisnības sajūta. Vēl dusmas uz sevi, ka nespējāt atteikt.

KO JŪS VĒLATIES

Lai otrs to pamanītu un pats no sevis kaut ko darītu.

KO NETEIKSIET UZREIZ

Ka pēdējo nedēļu neesat gulējis un ka jums ir gana.

2. Viss darbs uz viena cilvēka pleciem

LOMA B — TAS, KURŠ IZDARĪJA MAZ

KAS JŪS ESAT

Zināt, ka izdarījāt mazāk. Mājās bija situācija, par kuru nevienam nestāstījāt.

KO JŪS JŪTAT

Vainas apziņa, kas viegli pārvēršas aizsardzībā.

KO JŪS VĒLATIES

Neattaisnoties par to, kas notiek mājās.

KO NETEIKSIET UZREIZ

Ka jums nemaz nebija vienalga un ka mēģinājāt sākt vairākas reizes.

3. Telefons nodarbībā

3. Telefons nodarbībā

LOMA A — VADĪTĀJS

KAS JŪS ESAT

Jūs vadāt nodarbību. Viens cilvēks jau pusstundu neatraujas no telefona.

KO JŪS JŪTAT

Aizkaitinājums, bet zem tā bailes, ka nodarbība ir garlaicīga un ka tā ir jūsu vaina.

KO JŪS VĒLATIES

Lai šis cilvēks iesaistītos — bez skandāla un nepazemojot viņu grupas priekšā.

KO NETEIKSIET UZREIZ

Ka mazliet uztverat to personīgi.

3. Telefons nodarbībā

LOMA B — DALĪBNIEKS AR TELEFONU

KAS JŪS ESAT

Sēžat telefonā, jo raksta tuvs cilvēks un lieta ir nopietna.

KO JŪS JŪTAT

Plosīšanās. Gribat būt šeit, bet tagad nevarat nolikt telefonu.

KO JŪS VĒLATIES

Lai neviens no tā netaisa jautājumu visu priekšā.

KO NETEIKSIET UZREIZ

Par ko ir tās ziņas.

4. Joks, kas sāpēja

4. Joks, kas sāpēja

LOMA A — TAS, PAR KO PAJOKOJA

KAS JŪS ESAT

Pārtraukumā kāds pajokoja par to, ko teicāt nodarbībā. Grupa smējās.

KO JŪS JŪTAT

Kauns un sajūta, ka vairs neko neteiksiet.

KO JŪS VĒLATIES

Lai šis cilvēks saprastu, ko izdarīja — nepadarot jūs par upuri.

KO NETEIKSIET UZREIZ

Ka šī joka dēļ domājat, vai vispār atgriezties.

4. Joks, kas sāpēja

LOMA B — TAS, KURŠ PAJOKOJA

KAS JŪS ESAT

Izmetāt frāzi, visi iesmējās. Tikai pēc brīža pamanījāt, ka otrs apklusa.

KO JŪS JŪTAT

Neveiklība. Negribējāt nevienu aizvainot un nezināt, kā to atsaukt.

KO JŪS VĒLATIES

Lai tas tiktu aizmirsts.

KO NETEIKSIET UZREIZ

Ka pats kādreiz bijāt otrā pusē un labi zināt, kā tas ir.

5. Solījums, kas nekad nepiepildās

5. Solījums, kas nekad nepiepildās

LOMA A — TAS, KURŠ GAIDA

KAS JŪS ESAT

Jau mēnesi mēģināt satikties. Trīs reizes atcelts pēdējā brīdī, vienmēr ar labu iemeslu.

KO JŪS JŪTAT

Vilšanās, kas lēnām pārvēršas vienaldzībā.

KO JŪS VĒLATIES

Skaidri dzirdēt, vai otrs vispār grib tikties.

KO NETEIKSIET UZREIZ

Ka jau sen vairs nerēķinājāties ar to un ka tas sāpēja.

5. Solījums, kas nekad nepiepildās

LOMA B — TAS, KURŠ ATCEĻ

KAS JŪS ESAT

Atcēlāt trīs reizes. Katru reizi tiešām kaut kas gadījās, bet zināt, kā tas izskatās.

KO JŪS JŪTAT

Kauns un bailes, ka esat sagrāvis šīs attiecības.

KO JŪS VĒLATIES

Lai jums noticētu, ka tas nav gribas trūkums.

KO NETEIKSIET UZREIZ

Ka pēdējā laikā vienkārši nav spēka cilvēkiem.

6. Sveša noslēpums

6. Sveša noslēpums

LOMA A — TAS, KURA NOSLĒPUMS IZPAUDĀS

KAS JŪS ESAT

Pastāstījāt vienam cilvēkam to, ko nestāstāt nevienam. Šodien dzirdējāt to no trešā.

KO JŪS JŪTAT

Nodevība. Vēl bailes, kurš vēl zina.

KO JŪS VĒLATIES

Uzzināt, kam un kāpēc šis cilvēks to pateica.

KO NETEIKSIET UZREIZ

Ka tā dēļ vairs nezināt, kam vispār varat kaut ko uzticēt.

6. Sveša noslēpums

LOMA B — TAS, KURŠ PATEICA TĀLĀK

KAS JŪS ESAT

Atkārtojāt to vienam cilvēkam, jo uztraucāties un nezinājāt, ko darīt.

KO JŪS JŪTAT

Vainas apziņa, sajaukta ar pārliecību, ka rīkojāties labā ticībā.

KO JŪS VĒLATIES

Lai otrs saprastu, ka baidījāties par viņu.

KO NETEIKSIET UZREIZ

Ka, ja varētu pagriezt laiku atpakaļ, rīkotos tieši tāpat.

Jautājumi pārrunām

Pēc izešanas no lomas. Nejautājiet, kuram bija taisnība — šis jautājums sarunu noslēdz, nevis atver.

JAUTĀJUMS	KĀPĒC TO UZDODAT
Kas jūsu lomā bija visgrūtākais?	Atver sarunu no pieredzes, nevis no vērtējuma.
Ko jutāt, kad samainījāties lomām?	Parasti vingrinājuma spēcīgākais brīdis, un to ir vērts nosaukt.
Ko jūsu tēls nepateica, lai gan varēja?	Ved pie tā, kas īstos konfliktos paliek nepateikts.
Vai kaut kas šajā situācijā jums šķiet pazīstams?	Jautājiet uzmanīgi un negaidiet atbildi. Pietiek, ka katrs atbild sev.
Kas palīdzētu šiem diviem cilvēkiem patiešām sarunāties?	Pārved grupu no spēlēšanas uz domāšanu par risinājumiem.

LICENCE

Papildmateriāls RECOVER Youth Workers Capacitation Toolkit izdevumam, pieejams bez maksas ar CC BY-NC-SA 4.0 licenci. To drīkst kopēt, drukāt un pielāgot vietējiem apstākļiem.

