



OPIS ĆWICZENIA: SZEPTY

Tagi: *Przemoc, mobbing, interwencja w zespołach o normach przemocowych*

Ćwiczenie służy uzyskaniu świadomości psychologicznej sytuacji osób dotkniętych przez przemoc oraz wypracowaniu wiedzy o koniecznych dla nich kierunków udzielania wsparcia.

PRZEBIEG:

1. Dzielimy grupę na 3 części: pierwsza ma opracować listę zwrotów, które gdyby „słyszał” sprawca przemocy – jeszcze bardziej by go nakręcały, druga opracowuje listę dla ofiary: tak by była jeszcze bardziej bezradna, trzecia dla świadka: by nie reagował. Zwroty mają być krótkie i dosadne.
2. Z każdej z list, cała grupa wybiera po 3 zdaniem uczestników „najmocniejsze”. Ważne by było to zwroty odpowiadające różnym mechanizmom przemocowym.
3. Przygotowujemy scenę: na jej środku stawiamy krzesło, przygotowujemy (np. z chusty) linię oddzielającą scenę od „niesceny”
4. Zaczynając od ofiary (później agresor, na końcu świadek) prosimy, aby 3 osoby wybrały sobie po jednym „głosie” – zwrocie wybranym przez grupę jako najmocniejszy. Ustawiamy te osoby za krzesłem w niewielkiej odległości. Dokonujemy „próby chóru”. Prosimy aby głosy wymawiały dwukrotnie swoje głosy, adresując do pustego krzesła, po kolei. Kolejnych kilka razy ma być kakofonią wszystkich głosów naraz.
5. Zapraszamy uczestników na widowni, by po kolei siadali przez kilkadziesiąt sekund na krześle „ofiary” – by mieli okazję przez chwilę, w kontrolowany sposób doświadczyć tego, co czuje poszkodowany przez przemoc. Podmieniamy także osoby w roli głosów, by też siedli. Absolutnie nikogo nie przymuszamy do siadania na krześle.
6. Po skończonym działaniu prosimy uczestników o podzielenie się wrażeniami: z oglądania i słuchania głosów z publiczności, z siadania na krześle i bycia „głosem”.
7. Podobny scenariusz prowadzimy dla sprawcy i dla świadka
8. Prosimy grupę o wybór jednej z 3 ról: czyj „los” chcieliby zmienić, poprawić w dalszej części ćwiczenia: ofiary, świadka czy sprawcy?
9. Przygotowujemy „przeciwgłosy” dla wybranej roli. Dla każdego z 3 głosów szukamy jego „antytezy” – głosu, który będzie miał przeciwstawne działanie. Czasami jest to proste zaprzeczenie, czasem trzeba trochę bardziej pokombinować, np. dla „nic nie potrafisz” raczej antytezą będzie „wiele potrafisz” niż „potrafisz wszystko”.
10. Zapraszamy na scenę osoby reprezentujące „stare” 3 głosy i wybieramy 3 „nowe”.
11. Przeprowadzamy nową sesję „szeptów” – 3 głosy stare stoją z tyłu krzesła po jednej stronie, 3 nowe – po drugiej. Mówią w 2 turach po kolei, potem wszyscy naraz.
12. 3 tura szeptów zaczyna się od fizycznej zmiany lokalizacji, jak i głośności poszczególnych głosów (starych i nowych). Wspólnie z grupą szukamy sposobu na najlepsze ustawienie głosów tak, siła głosów „nowych” była jak największa, a starych jak najmniejsza.
13. Po omówieniu – wracamy do 2 list „odrzuconych” ról i staramy się wspólnie z grupą znaleźć antygłosy dla wygenerowanych wcześniej.

ZAPOTRZEBOWANIE:

Kartki z bloku flipchart, flamastry, chusty

Opracowane przez: Tomasz Wojciechowski