

PRÁCE SE SADOU KARTIČEK POTŘEB

CÍL AKTIVITY:

Cílem aktivity je seznámit se se škálou lidských potřeb, vyzkoušet si jejich reflexi v neutrálním tématu a současně budovat slovní zásobu, na jejímž základě dokážeme lépe popisovat své vnitřní prožívání.

TYP AKTIVITY:

otevírací aktivita

CÍLOVÁ SKUPINA:

velikost skupiny: neomezená

věk: 15–25 let

gender: nehraje roli

DÉLKA AKTIVITY:

- ▶ práce se sadou kartiček potřeb – 20 minut

NÁROKY NA ÚČASTNÍKY*ÚČASTNICE:

- ▶ čtení kartiček potřeb
- ▶ sebereflexe

POMŮCKY:

- ▶ sada kartiček s potřebami

PRŮBĚH AKTIVITY:

Každému*každé ze zúčastněných rozdáme sadu kartiček potřeb. Vyberou si místo, kde nebude nikdo nikoho rušit a kde bude dostatek prostoru na vyskládání všech kartiček ze sady. Poté se zamyslí nad tím, které z potřeb měli v poslední době naplněny, a které nikoliv. Na základě tohoto zadání zúčastnění kartičky roztřídí na hromádky podle toho, zda potřeby pociťují jako naplněné, nenaplněné nebo jde o smíšený pocit či jde o ty potřeby, ke kterým momentálně nemají zvláštní vztah. Potom skupinu vyzveme, aby se u nenaplněných potřeb pokusila odpovědět na otázku, proč nejsou některé z jejich potřeb naplněny a zda jim osobně vadí nebo nevadí, že tyto potřeby naplněny nemají.

REFLEXE AKTIVITY:

- ▶ Jaké pro nás bylo aktivitu realizovat?
- ▶ Jak jsme se cítili*y, když jsme před sebou viděli*y všechny potřeby, které v nás nějakým způsobem rezonovaly?
- ▶ Překvapily nás některé z našich potřeb? Např. zjištění, které potřeby máme naplněné které ne, či dokonce samotná existence některé z potřeb apod.?