

Koraki v tvojih čevljih

Namen

Spoznavanje v parih, razumevanje vživetja v drugega.

Potek:

Psihologija označuje zmožnost vživetja v drugega s pojmom EMPATIJE. Ameriški pregovor dobro razloži ta pojem: "Nekoga lahko razumeš šele, ko v njegovih čevljih prehodiš dve miljii."

Potek metode:

- udeleženci se razdelijo v pare (skupaj naj bodo ljudje, ki imajo približno enako velikost čevljev)
- osebi v paru si zamenjata čevlje
- vsak se nato odpravi na pot (30 minut hoje)

Točke za pogovor:

1. Kako se počutim v čevljih nekoga drugega? Kaj mi čevlji povedo o tej osebi (načinu hoje, telesni pripravljenosti...)?
2. Kaj vem o tej osebi (starost, šola, družina, karakter...)?
3. Kakšen je moj odnos do nje (je ne poznam, me ne zanima, se mi zdi zanimiva, mi gre na živce...)?
4. Ko že nekaj časa hodim v njenih čevljih, kaj bi ji želel povedati o njej?
5. Kaj me pri njej preseneča, navdušuje, spravlja na obrate, pušča ravnodušno...?
6. Ali poznam vzrok, zakaj jo tako doživljam?
7. Pred koncem si zapiši:
 - 3 lastnosti, ki so ti pri tej osebi všeč
 - 3 lastnosti, ki jih ne razumeš
8. Ko se par spet dobi skupaj, si izmenja ne le čevlje, marveč tudi misli, ki so se o drugem porodile v času hoje.

Vir: bratje minoriti (<http://minoriti.rkc.si>)

Posredoval: Miha