



SESSION 7



SESSIOON 7

JAGAN OMA LUGU

SISSEJUHATUS

Sessiooni eesmärgiks on luua osalejatele võimalused reflekteerida senini õpitu üle, arendada edasi oma lugu, välja valida ja kindlaks teha, millest osa nad oma loost teistega jagada soovivad.

ÕPIVÄLJUNDID

Sessiooni lõpuks osalejad on:

- Üle vaadanud eelnevates sessioonides õpitu ja kogetu
- Kasutanud tagasivaadet oma loo edasiarendamiseks
- Kindlaks teinud, millist osa ja mida täpsemalt on valmis teistega jagama



SUGGESTED LESSON PLAN

TEGEVUSED	MEETOD	MATERJALID
Sissejuhatus	Läbiviija	
Sissejuhatav harjutus	Grupi ülesanne Mida olen enda kohta õppinud	
Laura lugu	Individuaalne/väikses grupis ülesanne	Film
Minu senine lugu	Individuaalne/väikses grupis ülesanne	Tööleht
Oma taastumisloo jagamine	Individuaalne/väikses grupis ülesanne	Tööleht
Refleksioon		

TAUSTINFORMATSIOON

Sessiooni alguses võib meelde tuletada 'Minu taastumislugu' materjali Sessioonist 3. Lisaks võib meelde tuletada ka taastumisloo jagamisega seotud erinevaid tahke..

Loo jagamiseks on mitmeid viise

Tegemist on isikliku looga, mida soovid teistega jagada.

On oluline teha vahet haigusloo ja taastumisloo vahel



Taastumisloo fookuspunkt on loo õpetlikul ival või tarkusel, mida isik soovib jagada, mis aitab taastuda ja edasi liikuda elus. Võite meele tuletada, et vaadatud videotest keskenduvad inimesed rasketest kogemustest rääkides pöördepunktidele, mis aitasid või aitavad neil taastuda. Taastumisloo läbielamine on enam kui lihtsalt loo jutustamine, sest isik kasutab oma elavat kogemust oma taastumise juhtimiseks, teiste inspireerimiseks ja toetamiseks nende taastumisteedel.

Lugude jagamiseks on vajalik tagada turvaline keskkond, mis võimaldab:

- isikul kontrollida oma protsessi ja oma lugu
- aega ja tuge, et aidata inimesi oma loo üle mõelda ning kas ja kuidas nad soovivad oma lugu jagada
- austada üksteist ja lugu, sest igaühe elav kogemus ja taastumisteeded on erinevad

Sellel sessioonil võib juba katsetada mõne osalejaga video tegemist. Aluseks võib võtta küsimused, mida nad esitavad harjutuses 'jagan oma lugu', kui intervjuueerivad teineteist ja salvestavad vastuseid.

