

Průvodce Otevřeným fórem

Vítáme Vás na Otevřeném fóru!

Rádi bychom Vám představili pár věcí pro lepší orientaci v celém procesu.

TYPICKÉ KROKY TZV. SKUPINOVÉHO PROCESU, KTERÝ NÁS ČEKÁ:

Sběr témat: Otevřený prostor, ve kterém můžete říct své vlastní téma nebo třeba podpořit některé, které zaznělo a které Vás zajímá.

Volba tématu: Momentální dohoda o tom, jakým tématem se budeme více zabývat.

Objevování rolí a polarit: Po čase se obvykle téma začne vyvíjet do polarit nebo rolí. Je nápomocné role explicitně pojmenovat (například aktivista / popírač změny klimatu) a umístit je do prostoru a dokonce je i zahrát. Díky tomu mohou polaritty spolu interagovat, dokud nezačne někdo z role mluvit osobně.

Výměna rolí: To, co podporujeme, je výměna rolí, to znamená, že se Vám může stát, že nějakou chvíli budete zastávat jednu roli (například někdo, kdo je opravdu zasažen stavem přírody), abyste po jejím vyjádření začali cítit, že Vás to táhne jiným směrem (někomu, kdo se cítí víc odpojený). Zkuste se pohybovat mezi jednotlivými rolemi podle toho, se kterou se právě více ztotožňujete! Experimentujte!

A pamatujte si:

Role je větší než jedna osoba - pro vyjádření jedné role je potřeba více lidí. A současně, člověk je větší než jakákoliv role - žádná role nemůže zachytit naši komplexitu (a nikdo z nás nechce být přilepený jen k jedné roli).

Pohyb po prostoru: Jste zváni, abyste se pohybovali po prostoru, jak cítíte. Například pokud chcete někoho podpořit v jeho názoru, můžete to udělat i tak, že si k němu/ní stoupnete nebo přisednete.

Momentální rozřešení a posuny v atmosféře: Během skupinového procesu jsou okamžiky, kdy se atmosféra dočasně změní. Je důležité si těchto momentů dočasného souhlasu všimnout a ocenit je, než se skupina cyklicky vrátí zpět do procesu nebo konfliktu.

Pár věcí, které můžete během skupinového procesu očekávat:

chaos

konflikt a emoce

vyhýbání se konfliktům a emocím

přítomnost mnoha leaderů a soupeření o vedoucí pozici

kritiku vedení a facilitace

mčlenlivější účastníci - mohou mít často klíčové nápady a vhledy k celému procesu

1%-10% nespokojených s tím, co se stalo - tito lidé jsou nositeli začátku dalšího skupinového procesu

Péče o sebe během skupinového procesu:

Všechny zážitky a zkušenosti patří do skupiny a jsou potřebné (to chceme zdůraznit zejména pro tiché lidi)

Pokud prožíváte **silné pocity**, pokuste se je vyjádřit, jsou **důležité** pro celé fórum.

To co zažíváte, týká se vaší osoby, ale současně se stává tzv. "rolí v poli", která skrze vás usiluje o to, aby byla ostatními **vyslyšena**.

Dovoďte si být jednostrannou/ým.

Pokud je pro vás těžké promluvit **nahlas**, požádejte někoho, kdo je blízko, aby vás podpořil nebo to řekl za vás.

Věnujte pozornost tomu, co se s vámi děje a dobře se o sebe **starejte**.

Přejeme Vám inspirativní zážitek! A děkujeme, že jste přišli!

Facilitátoři

Anna, Slávek, Jakub