

## Môj príbeh

**Hlavná myšlienka:** V tejto aktivite budú účastníci premýšľať o svojich doterajších životoch, o svojich zručnostiach a skúsenostiach a zostavia si životopis týchto skúseností. Ďalej premýšľajú o tom, kam by sa chceli dostať a čo pre to musia spraviť. Účelom tejto aktivity je povzbudiť účastníkov, aby si začali plánovať svoju budúcnosť smerom od radikalizmu.

**Kľúčové slová:** sebareflexia, stanovenie cieľov, stratégie na dosiahnutie cieľov, deradikalizácia

**Zhrnutie:** Termín Curriculum Vitae je latinská fráza, ktorá znamená "príbeh života". Účastníci si pripravia prehľad o tom, kde sa momentálne nachádzajú a kde by chceli, aby ich budúcnosť smerovala.

Modul	Veľkosť skupiny	Vek	Trvanie
• Deradikalizácia	• malá • stredná	• 12 - 15 • 16 - 19 • 20 - 24	• 1 hodina

## Ciele

### Ciele:

- Aby účastníci premýšľali o životoch, ktoré v súčasnosti žijú. Je to naplnený šťastný život alebo živorenie?
- Aby účastníci vedeli posúdiť, kde sa práve v svojom živote nachádzajú, kde chcú alebo potrebujú byť
- Aby účastníci začali pozeráť do budúcnosti a preskúmali rôzne cesty, ktoré môžu viesť tam, kam sa potrebujú dostať

## Účastníci

Aktivita je vhodná na použitie so širokou škálou skupín, ale pre dospelých a mladých dospelých môže byť táto aktivita najviac relevantná. Aktivita je vhodná pre mužov aj ženy.

## Popis

### Krok 1:

Lektor vysvetlí, že termín Curriculum Vitae je latinská fráza, ktorá znamená "príbeh života". Skupina bude skúmať, kde sa v súčasnosti v ich živote nachádzajú a zamerajú sa na to, kam by chceli smerovať.

### Krok 2:

Každý účastník uvedie stručný prehľad kľúčových vplyvných bodov v svojom živote, ktoré ovplyvnili to, kým je dnes. Tiež popíšu obraz ich života v súčasnosti. Mali by uvažovať o svojej doterajšej ceste, o dobrých a zlých aspektoch.

### Krok 3:

Lektor požiada účastníkov:

1. Napíšte pár kľúčových slov, ktoré zachytia vaše "ja"; t.j. aktuálnu verziu samého seba
2. Vypracujte fantazijný životopis osoby, ktorou by ste chceli byť; t.j. vaše "potenciálne" ja, niekto, koho by ste obdivovali.
3. Premýšľajte: Čo potrebujete urobiť, aby ste dosiahli svoje potenciálne ja? Na aké prekážky môžete naraziť?

### Potrebné materiály

Papier, perá alebo fixky

### Metodika

Individuálna reflexia, skupinová diskusia a zdieľanie

### Tipy pre lektora

Na konci aktivity by mohol každý účastník zdieľať svoj životopis a ostatní by mu mohli dať povzbudivú spätnú väzbu.

### Zdroje / Literatúra

Originálny materiál vyvinutý na účely projektu YCARE



CC - Nekomerčné použitie podobného  
<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/3.0/>

*Môj príbeh.* Obnovené Wednesday July 3, 2024 od <https://toolbox.ycare.eu/courses/YCARE470/>

<https://www.ycare.eu>

Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



Tento projekt bol financovaný s podporou Európskej Komisie. Táto publikácia reprezentuje výlučne názor autorov a Komisia a ani národná agentúra nezodpovedajú za akékoľvek použitie informácií obsiahnutých v tejto publikácii.