

## Vaja z življenjepisom; Moja zgodba

**Ključno sporočilo:** Ta vaja udeležence povabi, da razmišljajo o svojem dosedanjem življenju, o spretnostih in sposobnostih, ki so jih pridobili do zdaj, in sestavijo življenjepis o teh izkustvih. Nato jih prosi, da pomislijo, kje bi radi bili in na kakšen način se morajo truditi, da bi tja tudi prišli. Namen te vaje je spodbuditi udeležence, da začnejo razmišljati in načrtovati svojo prihodnost stran od radikalizacije.

**Ključne besede:** samorefleksija, postavljanje ciljev, strategije za izhod, deradikalizacija

### Povzetek:

Izraz Curriculum Vitae je latinskega izvora in pomeni 'zgodba življenja'. Na tokratnem srečanju bodo udeleženci pregledali, kje se trenutno nahajajo v svojih življenjih, in posvetili nekaj časa in pozornosti osredotočanju na to, kam želijo, da jih ponese prihodnost.

Modul	Velikost skupine	Starostna skupina	Trajanje
• Strategije izhoda	• majhna • srednja	• 12 - 15 • 16 - 19 • 20 - 24	• 1 ura

### Cilji

- Pripraviti udeležence do tega, da razmišljajo o svojem življenju, ki ga trenutno živijo; ali je to srečno življenje, ki jih izpolnjuje, ali manj kot zaželen obstoj?
- Spodbuditi udeležence, da vrednotno presodijo o tem, če je to, kjer so trenutno, res to, kjer želijo ali morajo biti.
- Pomagati udeležencem začeti gledati v prihodnost in proučiti različne poti, ki morda imajo moč, da jih ponesejo tja, kamor morajo priti.

### Udeleženci

Vaja je primerna za uporabo v najrazličnejših skupinah, a je morda najprimernejša za najstnike in mlade odrasle; ni vezana na spol.

### Opis dejavnosti

#### Korak 1:

Moderator naredi uvod v vajo in razloži, da je izraz Curriculum Vitae latinskega izvora in da pomeni 'zgodba življenja'. Na tokratnem srečanju bodo udeleženci pregledali, kje se trenutno nahajajo v svojih življenjih, in posvetili nekaj časa in pozornosti za osredotočanje na to, kam želijo, da jih ponese prihodnost.

#### Korak 2:

Vsak udeleženec naj zapiše kratek povzetek ključnih vplivnih točk v njegovem življenju, ki prikazuje sliko njega kot osebe, kakršna je danes, torej trenuten posnetek njegovega življenja.

Naj razmišlja o svojem dosedanem potovanju, o dobrih in slabih vidikih, brez cenzure.

### Korak 3:

Moderator nato udeležence prosi naslednje:

1. Zapiši nekaj ključnih besed, ki opisujejo 'tebe' zdaj; torej je to trenutna različica tebe
2. Naredi grob osnutek izmišljenega življenjepisa osebe, kakršna želiš biti; torej 'morebitnega' tebe, vrste osebe, ki bi jo občudoval
3. Razmisli:

Kaj moraš narediti, da bi to dosegel?

Kaj bi te lahko oviralo pri doseganju tvojih potencialov?

### Potrebni materiali

Prazni listi, pisala ali flomastri

### Metodologija

Individualno razmišljanje, skupinska diskusija in deljenje misli

### Nasvet za trenerja

Za zaključek te dejavnosti moderator povabi udeležence, da del svojega življenjepisa delijo s skupino, in prosi ostale udeležence, da podajo nekaj spodbudnih povratnih informacij.

### Viri / Literatura

Izvirni materiali, razviti za namen projekta YCARE.



CC - Attribution-NonCommercial-ShareAlike  
<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/3.0/>

Vaja z življenjepisom; *Moja zgodba*. Pridobljeno naNedelja Januar 5, 2025 od <https://toolbox.ycare.eu/courses/YCARE533/>

<https://www.ycare.eu>

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



Podpora Evropske komisije za pripravo te publikacije ne pomeni potrditve vsebine, saj le-ta odraža zgolj in samo stališče avtorjev; zato komisija ni odgovorna za kakršnokoli uporabo podatkov, ki jih ta publikacija vsebuje