



DELAVNICA 1

PRIPRAVLJENI, ZDAJ!

The European Commission's support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents, which reflect the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.

Opis delavnice

Cilji:

- Izboljšati kakovost življenja oseb z demenco (OzD).
- Ozaveščati / motivirati to skupino o pomembnosti terapije z umetnostjo za kakovost življenja.
- Prenos znanja, smernic in postopkov o tem, kako uporabiti terapijo z umetnostjo za doseganje ustreznih vedenjskih in čustvenih rezultatov.
- Za prenos znanja, smernic in postopkov o uporabi digitalnih orodij za podporo izvajanju terapij z umetnostjo.
- Izboljšati socializacijo OzD, vključno s sodelovanjem svojcev pri izvajanju terapij z umetnostjo, ki jih podpirajo digitalna orodja z OzD zunaj dnevnih centrov.

Udeleženci:

- Ljudje z blago ali zmerno demenco.
- Sorodniki OzD.
- Strokovnjaki, ki delajo z OzD.
- Strokovnjaki, ki poznajo terapijo z umetnostjo.

Pridobljene kompetence (sorodniki in strokovnjaki):

- Sposobnost sporazumevanja z OzD.
- Sposobnost reševanja težkih ali neprijetnih situacij.
- Delo v skupini.
- Podpora strokovnjakov terapije z umetnostjo.
- Podpora strokovnjakov, ki poznajo OzD.
- Poznavanje demence.
- Zrelost in spoštljiv način.
- Pripravljenost za učenje novih stvari o dramski terapiji.
- Pripravljenost za učenje novih stvari o IKT orodjih.

Pridobljene kompetence (osebe z blago ali zmerno demenco):

- Pripravljenost za učenje.
- Trening pozornosti.
- Trening spomina.
- Sposobnost pripovedovanja zgodb.
- Pogovor o spominih.
- Sposobnost ustvarjanja novih zgodb.
- Trening skupinskega dela.
- Socialne spretnosti; zaznavanje barv, oblike, prostora, razmerij.

Vsebina delavnice: Dramska terapija za OzD

- Vplivi na kognitivne, vedenjske in čustvene simptome.
- Glavne metodologije in orodja za uporabo drame kot terapije za OzD.
- Uporaba v domačih okoljih.
- Uporaba v institucionalnih okoljih.
- Digitalna orodja za izboljšanje dramske terapije.

Predvideno trajanje:

- Delavnica v živo - 8 ur in 30 minut
- Na spletu - 3 ure

Izvajanje

AKTIVNOST V ŽIVO/SPLETNO	POJASNILA, ČAS IN POTREBNA SREDSTVA
Uvod	<p>Najprej bi morali strokovnjaki / sorodniki prebrati smernice za vodje:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kako doseči, da osebe z OzD sodelujejo v skupinski dinamiki. - Nekaj idej, kako pripraviti aktivnosti. - Kako se sporazumevati z OzD. <p>Po tem strokovnjaki / sorodniki začnejo z aktivnostjo in sprašujejo uporabnike (OzD), kaj mislijo, da bodo počeli ali kaj mislijo, za katero dejavnost gre. Po tem strokovnjaki izvedejo uvod, ki razloži dejavnost.</p> <p>Dejavnost je sestavljena iz dramske zgodbe z imenom kamishibai. Kamishibai je oblika japonskega uličnega gledališča in pripovedovanja zgodb. V našem primeru bodo udeleženci lahko s pomočjo slik prosto pripovedovali. Vsak udeleženec bo lahko povedal svojo zgodbo. Tako se udeleženci ne bodo obremenjevali s tem, da si bodo morali zapomniti scenarij. Dogodek bo vodil strokovnjak s področja terapije z umetnostjo, ki pozna tudi posebnosti demence.</p> <p><u>Trajanje:</u> 15 minut (prebrati in predstaviti smernice).</p> <p><u>Materiali in viri:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Smernice za vodje: kaj narediti, da OzD sodelujejo v skupinski dinamiki. ▪ Smernice za vodje: Nekaj idej o tem, kako pripraviti akcijo (-e). ▪ Smernice za vodje: kako se sporazumevati z OzD.

	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Smernice za vodje: primer, kako ustvariti slike za Kamishibai / pripovedovanje zgodb ali primer, kako bi morale biti slike. ▪ Prenosni računalnik. ▪ Dostop do interneta. ▪ Projektor.
<p>Skupaj se odločimo, za kaj gre v naši predstavi.</p>	<p><u>Opis (kaj bomo počeli):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Vključevanje svojcev: Odvisno od težav uporabnika bi lahko strokovnjak / sorodnik bolj ali manj sodeloval pri dejavnostih. - Včasih uporabniki potrebujejo podporo pri odločanju ali izbiri stvari. - Strokovnjaki / sorodniki jim lahko dajo namige in nasvete, da jim olajšajo delo (glejte smernice za vodje: »namigi in nasveti«). <p><u>Trajanje:</u> 30 minut (20 minut + 10 minut za branje smernic).</p> <p><u>Material in viri:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Smernice za vodje: "Namigi in nasveti". - Prenosni računalnik - Tabla - Okvir za kamishibai <p>Najprej se lahko pogovorimo o različnih temah, s katerimi se osebi z OzD počutijo povezano / blizu. Na primer: pogovor o otroštvu, službi, družini, domačem kraju, šolskih časih, hobijih zgodnjega življenja itd.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Vodja uporabnikom razloži, da bomo izvedli predstavo in zanjo potrebujemo zgodbo.

- Vodja razloži, da imamo na voljo 3 možnosti, glede zgodbe: izmisliti, izbrati ali oboje. In izbrati moramo eno od možnosti.
- Povejte udeležencem, kaj pomenijo možnosti. To pomeni, da vodja udeležencem razloži, da »ustvarjanje« pomeni, da smo si skupaj izmislili zgodbo; »Izberi« pomeni, da udeleženci pod nadzorom strokovnjaka izberejo eno od zgodb, ki jih je strokovnjak pripravil vnaprej.

Trajanje: 30 minut (20 minut z udeleženci in 10 minut za pripravo pred in po delavnici).

Materiali in viri:

- Predstavitev 3 možnosti s primeri (če je primerno).
- Prenosni računalnik.
- Tabla
- Okvir za kamishibai
- Drugi materiali kamishibai

Odločimo se kaj želimo: izbrati ali ustvariti zgodbo ali oboje.

Izberite temo predstave: vodje se bodo pogovarjale o zgodbah, zaradi katerih se udeleženci počutijo povezane, zgodbe, ki v njih vzbudijo določena čustva, zgodbe, zaradi katerih se dobro počutijo itd. Vodja vodi udeležence skozi postopek izbire teme. Vodja vse predlagane teme zapiše na belo tablo, udeleženci pa jih izberejo skupaj ali pa izberejo tisto, ki je omenjena največkrat. Odločitev se sprejme v dogovoru med vodjo in udeleženci.

- Vodja udeležence vpraša o njihovem mnenju glede predlaganih tem.
- Mnenja zapiše na tablo, da jih bodo lahko udeleženci videli / prebrali.

- Po tem lahko glasujejo, vodja pa ob vsaki izbrani temi napiše znake "+".
- Skupaj predstavijo elemente (povezave, čustva ...) izbrane teme in kako naj jih obravnavajo.

Izbira obstoječe zgodbe: uporabniki izberejo enega od naslovov zgodb, ki jih predlaga vodja.

- Vodja vnaprej pripravi nekaj zgodb. Te zgodbe so iz časov, ko so bili udeleženci mladi in se lahko povežejo z zgodbami. Na primer:
<https://www.naplesisterlibraries.org/kamishibai-theater-and-book/>
<https://www.amazon.com/Kamishibai-Story-Theater-Picture-Telling/dp/1591584043>
- Udeleženci izberejo eno zgodbo pod nadzorom vodje - vodja zapiše vse naslove zgodb na belo tablo in udeleženci glasujejo za tisto, ki jim je bila najbolj všeč.

Edinstvena / nova zgodba, ki temelji na spominih OzD: uporabniki razmišljajo o svojih spominih, ki bi jih z pripovedovanjem zgodb delili z drugimi.

- Vodja spodbudi udeležence, naj povedo en spomin, ki jim veliko pomeni, in jih osrečuje.
- Vodja zapisuje vse spomine na tablo.
- Ko vsak udeleženec izrazi svoj spomin, vodja pripravi nekaj scenarijev s spomini v določenem vrstnem redu in udeleženci glasujejo za tistega, ki jim je bil najbolj všeč.

Mešano: udeleženci kombinirajo svojo zgodbo z obstoječo zgodbo.

Trajanje: 135 minut (3 delavnice za 45 minut)

Materiali in viri:

- Tabla, da napišejo, kaj si mislijo o vsaki možnosti, ali da napišejo ideje o možnostih.
- Predstavitev možnosti.

Opredelitev vlog v predstavi. Kaj mi je v resnici všeč pri umetnosti?

Če se odločimo izbrati obstoječo zgodbo:

Ko je odločeno (s pomočjo strokovnjaka ali sorodnika) lahko začnemo. Koraki so:

- Udeleženci so se že odločili o temi, ki jim je najbolj všeč (v prejšnjem poglavju). Vodja in OzD se pogovarjata o izbrani temi (postavljata vprašanja o temi zgodbe). Na primer:

-Kdo nastopa v zgodbi?

- Kje se zgodba dogaja?

- Kdaj se zgodba zgodi?

- Kateri je njihov najljubši trenutek v zgodbi?

- Razdeljevanje listov in dodatkov za risanje uporabnikom.
- Vodja udeležencem razloži, da bi bilo super, če bi spomin narisali.
- Odločitev, kdo bo risal in nato predstavljal določen del zgodbe.
- Vodja vodi pogovor o tem, kateri del zgodbe bi rad vsak od udeležencev narisal na list. Vodja vpraša vsakega udeleženca, s čim bi rad narisal svojo zgodbo (na primer tempera, barvice, voščenke itd.)
- Risanje zgodbe (pod nadzorom strokovnjaka ali sorodnika).
- Strokovnjaki / sorodniki spodbujajo udeležence, če opazijo, da so udeleženci zmedeni. Strokovnjaki / sorodniki pomagajo udeležencem, da ohranijo bistvo svojega dela zgodbe.
- Predstavitev risanja skozi pripovedovanje zgodb po načelih kamišibaja.
- Vsak udeleženec pripoveduje del zgodbe za risbo, drugim. Strokovnjak / sorodniki lahko udeležencu pomagajo in ga spodbudijo, če vidijo, da se udeleženec zmede. Vodja skrbi, da se zgodba odvija v vrstnem redu, kot so ga postavili na začetku.

Čas: 45 minut

Material in viri:

- Prenosnik ali računalnik.
- Projektor.
- Listi papirja.
- Pripomočki za risanje.
- Oprema Kamishibai.

Če se odločimo ustvariti zgodbo:

Ko je odločeno (s pomočjo strokovnjaka ali sorodnika) lahko začnemo. Koraki so:

- **Izbira teme zgodbe.**
Udeleženci so se že odločili o temi, ki jim je najbolj všeč (v prejšnjem poglavju). Na primer otroštvo. Vodja lahko postavlja vprašanja o izbrani temi. Na primer:
 - Kaj se je tam zgodilo?
 - Kdo je bil s tabo?
 - Kje je to bilo?
 - Kakšen je bil tvoj del zgodbe?
 - Si se imel lepo?
- Razdeljevanje listov in dodatkov za risanje uporabnikom.
- Vodja udeležencem razloži, da bi bilo super, če bi narisali spomin.
- Odločitev, kdo bo risal in nato predstavljal določen del zgodbe.
- Vodja vodi pogovor o tem, kateri del zgodbe bi rad vsak od udeležencev narisal na list. Vodja vpraša vsakega udeleženca, s čim bi rad narisal svojo zgodbo (na primer tempera, barvice, voščenke itd.)
- Risanje zgodbe (pod nadzorom strokovnjaka ali sorodnika).
- Strokovnjak / sorodniki spodbujajo udeležence, če opazijo, da se udeleženci zmedejo. Strokovnjaki / sorodniki pomagajo udeležencem, da ohranijo bistvo svojega dela zgodbe.

Predstavev risanja skozi pripovedovanje zgodb po načelih kamišibaja.

Vsak udeleženec pripoveduje del zgodbe, za risbo, drugim. Strokovnjaki / sorodniki lahko pomagajo in spodbudijo udeleženca, če vidijo, da se udeleženec zmede. Strokovnjak

	<p>skrbi, da se zgodba odvija v vrstnem redu, kot so ga postavili na začetku.</p> <p>Trajanje: 135 minut (3 delavnice po 45 minut)</p> <p>Materiali in viri:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Prenosnik ali računalnik. ▪ Projektor. ▪ Listi papirja. ▪ Pripomočki za risanje. ▪ Oprema Kamishibai. <p>Upoštevajoč zmožnosti in želje uporabnikov:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Ves čas postopka gledališke predstave vodje upoštevajo, da imajo uporabniki različne sposobnosti in želje. ▪ Strokovnjaki metodo prilagodijo uporabnikom. Lutke se lahko uporabljajo, pripovedujejo s petjem itd. ▪ Nobenega uporabnika ne silimo v nič (če na primer ne mara risanja, jih bolj vključimo v pripovedovanje zgodb ali najdemo drug način sodelovanja, ki jim je všeč).
<p>Pripravljeni, zdaj!</p> <p>Priprava izbora</p>	<p>Zastopanje pripovedovanja zgodb Kamishibai s strani vodij.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vodje predstavijo kratko zgodbo, tako da lahko uporabniki vidijo, za kaj gre v Kamishibai-ju. • Vodja povabi udeležence, da sedejo v polkrog, tako da vsi vidijo okvir za kamishibai. • Vodja pripravi kratko zgodbo in jo pove udeležencem gledališča kamishibai, da bodo lahko vedeli, kako bi moralo izgledati njihovo pripovedovanje zgodb. • Vodja jim pove, da bodo svojo zgodbo predstavili na podoben način. <p>Če izberejo obstoječo zgodbo:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Strokovnjak vzame zgodbo in jo postavi v vrstni red za pripovedovanje zgodb. Na hrbtni strani strokovnjak

	<p>napiše ime udeleženca, ki bo predstavil določen del, da ga bo strokovnjak spodbudil k pripovedovanju zgodbe, ko bo prišel na vrsto.</p> <ul style="list-style-type: none">• Vsak uporabnik pripoveduje zgodbo ob določeni sliki, naslednji pa zgodbo nadaljuje z novo sliko. To pomeni, da strokovnjak pripovedovalca slike povabi pred druge. Če udeleženec tega ne želi, lahko predstavi svoj del zgodbe iz mesta, kjer sedi.• Vloga svojcev in strokovnjakov spodbuja uporabnike skozi celotno pripovedovanje zgodb. To pomeni, da jim pomagajo, če se udeleženec zmede ali ne ve, kako začeti / nadaljevati. <p>Če se odločiš ustvariti novo zgodbo:</p> <ul style="list-style-type: none">• Strokovnjaki vzamejo svoje risbe in jih postavijo po vrstnem redu, za katerega so se predhodno dogovorili. Na hrbtni strani strokovnjak napiše ime udeleženca, ki je narisal sliko, da ga kasneje spodbudi k pripovedovanju zgodbe, ko bo na vrsti.• Vsak uporabnik pripoveduje zgodbo ob določeni sliki, naslednji pa zgodbo nadaljuje z novo sliko. To pomeni, da strokovnjak povabi avtorja slike pred druge. Če udeleženec tega ne želi, lahko svoj del zgodbe predstavi s svojega sedeža.• Vloga svojcev in strokovnjakov je, da spodbujajo uporabnike skozi celotno pripovedovanje zgodb. To pomeni, da strokovnjaki pomagajo, če se udeleženci zmedejo ali ne vedo, kako začeti / nadaljevati. <p>Trajanje: 90 minut (2 delavnici po 45 minut)</p> <p>Material in viri:</p> <ul style="list-style-type: none">▪ Prenosnik ali računalnik.▪ Projektor.▪ Listi papirja.
--	--

	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Pripomočki za risanje. ▪ Oprema Kamishibai.
<p>Pripovedovanje zgodb ob scenariju. Kaj želimo pokazati?</p>	<p>Pripovedovanje zgodb po principu gledališča Kamishibai</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vsak uporabnik predstavlja en list (izbran ali ustvarjen; tisti, za katerega se je predhodno dogovoril). Strokovnjak vabi vsakega k pripovedovanju zgodb, ko je to njegov del. • Strokovnjaki in sorodniki spodbujajo udeležence, da predstavljajo svoj del zgodbe. Udeležencu lahko pomagajo, če se zmede, pozabi kaj povedati ali podobno. Strokovnjaki / sorodniki lahko začnejo zgodbo in spodbujajo udeleženca, da nadaljuje. Strokovnjaki lahko za spodbudo uporabljajo spodbudne besede. • Strokovnjaki so zadolženi za premikanje listov papirja in povezovanje zgodbe, če je uporabniki ne bi mogli. Strokovnjak mora zagotoviti, da je udeleženec izrazil vse, kar je želel. Po drugi strani pa mora strokovnjak vedeti, kdaj ustaviti udeleženca, če se začne preveč zapletati v zgodbo in kdaj se začnejo kazati neprijetna čustva. <p>Trajanje: 30 minut</p> <p>Material in viri:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Prenosnik ali računalnik. ▪ Projektor. ▪ Listi papirja z zgodbo ▪ Oprema Kamishibai.
<p>IKT ali aplikacije, ki lahko pomagajo razviti scenarij s pripovedovanjem zgodb, so na primer spletna mesta. BUBBLR or App. PUPPET PALS HD</p>	<p>https://www.youtube.com/watch?v=v6URceEr_zc</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=O_Ugic0n49M&t=458s</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=idD7Qbcqww4</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=VK_CYU6KN8</p> <p>Kako risati - preproste lekcije: Ta aplikacija vsebuje vrsto lekcij risanja.</p>

	<p>https://play.google.com/store/apps/details?id=com.artelplus.ho_wtodraw&hl=en</p> <p>Microsoft Paint je preprost urejevalnik rasterske grafike, ki je bil vključen v vse različice MicrosoftWindows.</p> <p>Primere slik Kamishibai lahko najdete na:</p> <p>https://www.pinterest.es/hrgarey/kamishibai/</p> <p>Primere zgodb o Kamishibaiju najdete na:</p> <p>http://www.kamishibai.com/store/stories.html#Princess</p> <p>(te je mogoče kupiti)</p> <p>Primeri Kamishibaija (v španščini)</p> <p>http://kamishibai.educacion.navarra.es/kamishibais/descargar-kamishibais/</p>
<p>Zaključek</p>	<p>Praznovanje dobro izvedene dejavnosti.</p> <p>Zahvalimo se vsem udeležencem za sodelovanje. Pohvalimo jih, da so se dobro odrezali, in povzamemo lepe trenutke (ko smo se zabavali) delavnice.</p> <p>Vodja lahko udeležencem pripravi majhne prigrizke. Poleg tega lahko vodja udeležencem pripravi tudi potrdila, da so se udeležili delavnice.</p>