

Blob metafoorkaardid „Perekond“

Blobid annavad meile võimaluse suhelda kasutades kahte peamist suhtlemisvahendit, mille me lapsena ära õpime – kehakeel ja tunded. Enne veel, kui õpime rääkima või kirjutama, oleme me kõik õppinud lugema oma vanemate näoilmeid ja väärtustama seda, kui meid hoitakse ja kallistatakse. See tähendab, et Blobe saavad kasutada igas vanuses inimesed. Juba 4-aastased lapsed on ennast suutnud nende „naljakate inimeste“ tunnetega samastada. Blobid elavad kummalises maailmas, mida meie silmad ei näe, kuid millega meie süda suudab suhestuda. Me saame õppida „lugema“ maailma läbi emotsioonide ja märkama, kes kõnnib ringi äikesepilv pea kohal ning kelle maailm on täidetud päikesega!

Me saame õppida nägema uut moodi – emotsionaalselt

Blobid töötavad kõige paremini, kui alustame iseendaga tegelemisest. Me ei saaks ju õpetada last oma kingapaelu siduma, kui me ise seda tegema poleks õppinud. Samamoodi on oluline blobide abil õppida esmalt tundma seda, mis toimub meie enda südames, enne kui julgustame teisi sama tegema. Parim moodus avatud atmosfääri loomiseks klientidele, on näidata eeskuju ja olla ise avatud. On soovitatav kõik tegevused esialgu iseenda või mõne usaldatud sõbra peal läbi töötada, olles seejuures valmis olema ka haavatav.

Mida rohkem me iseennast tunneme, seda rohkem saavad ka teised meid tunda

Tegevused on jagatud kolme gruppi: üks-ühele, väike grupp ja suurem grupp. Me oleme kasutanud Blobe nii ühe inimesega kui ka tuhandepealises grupis. Alusta väikeselt ning kasvata seeläbi nende efektiivseks kasutamiseks vajalikku enesekindlust. Ära kunagi sunni inimesi end rohkem avama, kui nad tahavad ja valmis on. Meil kõigil on vaja hakata grupe, millesse kuulume, usaldama. Usalduse tekkimine võib tulla minutitega, kuid see võib võtta ka aastaid. Sundides inimest oma mugavusstoonist välja astuma, võime juba alustades avatuse sulgeda. Parem on seda mudeldada, olla eeskujuks ning anda võimalus teistele võtta samasugune risk.

Sisemise „mina“ jagamine on risk... mis on seda väärt

Järgmised lõigud on pühendatud ideedele, mis aitavad sul Blobi kaartide kasutamise alustada. Kaartide kasutamiseks on veel palju erinevaid võimalusi, kuid need näited aitavad Sul algust teha!

1. **Suurem grupp** – anna igale inimesele/paarile üks kaart. Seejärel paiguta vastandemotsioonid toa erinevatesse otstesse (nagu nt. õnnelik ja kurb, rahulik ja ärev jne). Lase igal inimesel kõndida just selle kaardi juurde, mis kõige paremini kirjeldab tema kaardil olevat Blobi. Kui nad ei suuda valida, võivad nad jääda toa keskele. Kui nad on liikunud, peaks iga inimene mõnele lähedalolevale inimesele oma kaarti näitama ning vaatama, kas nad nõustuvad nende valikuga. Oleme avastanud, et **liikumine paneb emotsioonid liikuma**.
2. **Väike grupp** – asetage lauale pere kaart, millel on kujutatud pigem negatiivsed Blobi tundeid. Palu grupil valida, millise tunde nad kaardilt eemaldada sooviksid. Jätka ülesannet, kuni kaardil on alles vaid kõige positiivsem tegelane.
3. **Üks-ühele** – sega kaardipakk ning jaga see pooleks. Leidke mõlemad oma kaartide hulgast Blob, kes peegeldaks seda, kuidas te end lapsena/teismelisena/täiskasvanuna/praegu tunnete (tundiste). Alusta mudeldamisega, näidates kuidas sina arvad, et seda tegema peaks. Lase kliendil sama teha.
4. **Suurem grupp** – suurenda koopia masinat kasutades üks kaartidest A3 formaati või suuremaks. Jaga inimesed väiksematesse gruppidesse (nt. 6 gruppi). Igale grupile tuleks anda

- arutamiseks sama pilt. Palu gruppides arutada, miks pildil olevad pereliikmed tunnevad end nii nagu nad tunnevad ning hiljem igal grupil oma järeldusi teistega jagada.
5. **Väike grupp** – aseta lauale valik perekonnakaarte. Palu grupil pildid sellisel moel järjestada, et nendest areneks lugu. Selle harjutuse eesmärgiks ei ole „õiget“ lugu jutustada, vaid koostöö.
 6. **Üks-ühele** – tõmba paberi keskele joon, mis poolitaks paberi kaheks osaks (positiivne ja negatiivne pool). Alusta kaardipakist ükshaaval kaartide tõmbamist ning lase kliendil otsustada, kas kaardil kuvatud karakter tunneb pigem positiivseid või negatiivseid tundeid ning palu tal need vastavale poolele joont asetada. Pärast teatud arvu kaartide jagamist võib kliendile tunduda, et mõni kaart vajab asukoha vahetamist. Võib olla vajalik, et näitad ise initsiatiivi ning pakud mõnele kaardile asukoha muutust.
 7. **Suur grupp** – jaga igale inimesele/paarile kaart. Lase igal inimesel/paaril oma karakterile lühike palve kirjutada. Et olukorda personaalsemaks muuta, võid lasta neil ette kujutada, et tegu on kellegagi, keda nad tunnevad (ilma nimesid nimetamata).
 8. **Väike grupp** – aseta lauale perekonnakaart. Lase igal inimesel grupist valida välja oma lemmik Blob sellel kaardil ning oma valikut kirjeldada.
 9. **Üks-ühele** – sega kaardipakk ning jaga see pooleks. Arutlege, kas mõni kliendi sõber tunneb end vahepeal samamoodi nagu kaartidel kujutatud blobid. Arutlege, miks ta end nii tunda võib. Kui usaldussuhe on arenenud, võite liikuda ka kliendi enda tunnete kirjeldamiseni. Samuti võib lasta kirjeldada kindlate inimeste tundeid nagu nt ema, isa, õe, venna või kellegi teise tundeid.
 10. **Suur grupp** – lase igal grupil näidelda oma blobkaartidel kujutatud karaktereid. Seda harjutust võib teha ka kasutades vaid kehakeelt, mitte sõnu. Iga mõne sekundi tagant tee näitemängu pause, et kirjeldada oma vaatlusi. Selle ülesande puhul on oluline grupi valmisolek ülesandeks (ning ka sinu valmisolek grupi juhendamiseks!).
 11. **Väike grupp** – aseta hulk perekonna kaarte grupi ette ning palu grupil otsustada, milline kaart kirjeldab hetke, mil perekond tunneb end kõige positiivsemalt ning milline kaart kirjeldab hetke, mis neile enim muret valmistaks. Arutlege põhjuste üle, eriti kui esineb lahkarvamusi.
 12. **Üks-ühele** – leidke Blob perekkaart blobiga, kes sarnaneb enim kliendi sõbrale, emale, isale, kliendile endale. Arutlege iga kaardi üle (kokku võib olla nii mitu kaarti kui ka üks ainus).
 13. **Suur grupp** – kleebi seinale suur valge paber, mille keskele kleebi üks kaartidest ning jäta see terveks päevaks sinna. Kutsu inimesi paberile üles kirjutama, miks kaardil kujutatud perekond on selline, nagu ta tundub. Julgusta inimesi rohkem kommentaare jätma. Seda võib teha ka mitme erineva paberiga ruumis, nii et inimesed käivad ühe juurest teise juurde.
 14. **Väike grupp** – võta pakist kaks suvalist perekonnakaarti. Palu grupil välja mõelda, mis võis pärast esimest kaarti juhtuda, et sellel kujutatud perekond muutus selliseks nagu teisel kaardil on kujutatud. Harjutust võib mitu korda korrata.
 15. **Üks-ühele** – aseta enda ette 5 kaarti. Keera negatiivsete emotsioonidega kaardid ümber. Selle ülesande eesmärgiks on nõustuda kaartidel olevate emotsioonide tähendusega. Arutlege positiivsete tunnete üle. See ülesanne võib tuua esile inimeste sügavad hirmud, nii et ole valmis ebatavalisteks vastusteks.
 16. **Suur grupp** – hoia enda käes kaarti, millel on kujutatud blobide perekond. Lase ringis kõigil öelda midagi, mida pildil kujutatud blobid päeva jooksul öelda võiksid. Korda harjutust paar korda.
 17. **Väike grupp** – anna igale inimesele üks kaart ja lase seal kujutletu meelde jätta. Korja kaardid tagasi kokku, sega ära ning aseta need lauale, pildid ülespoole. Ükshaaval hakatakse

teineteiselt kaartidel kujutatud perekondade kohta küsimusi küsima. Igaüks peaks vastama, kirjeldades oma (kaardil kujutatud) perekonnaliikmete tundeid. Kas ülejäänud grupiliikmed saavad aru, kellele milline kaart kuulub?

Kõik ülevalolevad ideed on kohandatavad erineva suuruse ja dünaamikaga gruppidele ning ideesid, kuidas kaarte kasutada, on veelgi. Anna meile teada, millised tegevused sinu jaoks kõige paremini sobivad!

Head blobimist!

OÜ Via Naturale

www.vianaturale.ee

info@vianaturale.ee

