

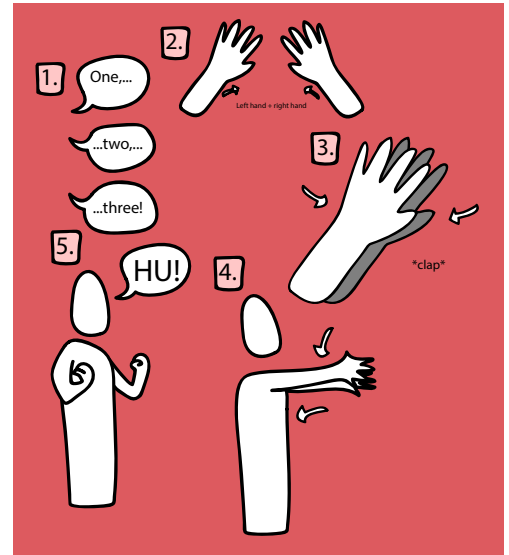
# Metode in prigode o aplavzih

Svet bi bil lepši, če bi večkrat ploskali drug drugemu kadar naredimo nekaj dobrega, zaključimo projekt, sestanek. In to ne samo v izrednih primerih. Hvaležnost v obliki prisrčnega aplavza bi morala postati večji del človeškega vsakdana. Tako radi se osredotočamo na probleme, da zmanjka časa za cenjenje narejenega, lepega, dobrega. Če bi se bolj posvečali aplavzom, morda ne bi bilo toliko namišljenih ovir, ker bi energijo bolj enakomerno porazdelili med dobro voljo, ki pride s prepoznavanjem malih in velikih dobrih akcij, trenutkov ipd. in sekiranjem za brez veze. Aplavz mora biti vsekakor iskren, da je ta pravi. In ne ironičen, zato ker mora biti, predvsem iz vljudnosti. Takih imamo preveč.

## Močni aplavz

Na enem mojih prvih resnično globalnih usposabljanj na University on youth and development v Španiji, nam je skavt Hugo pokazal Močni aplavz. Nekdo se zadere 1,2,3 in nato vsi skupaj enkrat ploskamo in zatem rečemo Hu, ampak tak HUUUU iz globine, bojevniški HU, ob tem roke s pokrčenimi komolci stisnemo v pesti in jih ob vzkliku HU potegnemo ob telesu nazaj.

Tovrstni aplavz nam da ogromno energije za vse nadaljnje podvige. Kadar nam ga prvič ne uspe skupaj zaigrati sinhrono, lahko aplavz večkrat ponovimo. V drugo, tretje običajno uspe in tudi občutek ob uspešni harmonični izvedbi aplavza s strani celotne skupine je izjemno poživljajoč. Najboljši je po dolgem dnevu na usposabljanju, po dolgem sestanku ali pa ko skupini primanjkuje motivacije, energije za nadaljnje delo.

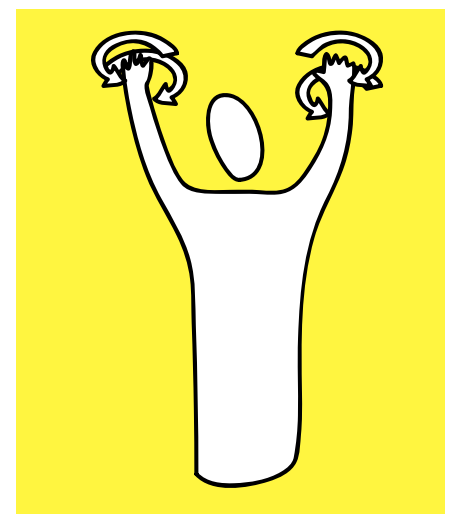


## Tihi aplavz

Tretji aplavz, t.j. Tihi aplavz pride prav pri procesih, kjer med samo delavnico, refleksijo, predavanjem ipd. ni zaželen glasen aplavz. Morda imamo zaključni krog, kjer vsak deli svoje globoke občutke in bi želeli ploskati oz. se strinjati z osebo, ji pokazati podporo, pa ne smemo biti glasni. Takrat uporabimo tihi aplavz oz. nekateri ga poimenujejo aplavz strinjanja. Roke skrčiš v komolcih in dvigneš v višino ramen z odprtimi dlanmi, nato dlani obračaš levo in desno za 45 stopinj.

## Zbiramo aplavze!

Kateri je tvoj najljubši? Poznaš kakšen zanimiv aplavz, ki bi ga lahko dodali v zbirko? Če je z aplavzom povezana še kakšna zgodba ali prigoda, toliko boljše :-)) Povej nam na [info@drustvolojtra.si](mailto:info@drustvolojtra.si)



## Prismojeni aplavz

Drug, malce prismojen aplavz je aplavz 'Tako vesel/a sem, da skačem do stropa'. Ob tem desno roko položimo 20 cm nad glavo, z levo pa od glave do desne roke udarjamo s hrbtno stranjo roke na dlan. In dejansko je tovrstni aplavz mišljen za sproščanje prismojene energije. Ko kdo reče kaj smešnega, kaj nadebudnega, iskreno nerodnega, je ta aplavz prava izbira. Še sami se bomo počutili prismojeno ob tem, ko bomo zaploskali.