



# GOSSIP POSITIVO

Élménypedagógia



6 - 50  
partecipanti



30 min



dinamiche di  
gruppo



all'interno / all'esterno



## SCOPO

- TROVARE RISORSE PERSONALI
- feedback positivo
- rafforzamento
- potenziamento

## MATERIALI

- Un orologio (smartphone | orologio)
- Un oggetto per un effetto sonoro omogeneo (ad es. una campana tibetana)

## PREPARAZIONE

Per la sicurezza emotiva dovrebbe esserci già una coesione di gruppo, un'armonia tra i partecipanti, in modo che sia facile per loro farsi i complimenti a vicenda. È bene iniziare più lentamente, così al primo turno si può dare più tempo per scaldarsi e fornire le osservazioni positive. Se si percepisce che ci potrebbero essere alcuni partecipanti che potrebbero ricevere un feedback significativamente meno positivi, è possibile mettere un facilitatore seduto nei circoli, pronto a bilanciare con qualche osservazione, se necessario.

## INTRO

Questa attività è destinata ad essere utilizzata dopo notevoli esperienze di gruppo o al termine di corsi di formazione. Può essere utilizzata anche con gruppi che si conoscono già da tempo, in modo da avere abbastanza informazioni l'uno sull'altro per poter fare osservazioni, sulle risorse.

# PASSI:

1. Il facilitatore divide il gruppo in gruppi di 6-10 persone di uguali dimensioni, e si può utilizzare la stessa stanza o uno spazio pulito all'esterno, nella natura.

2. Il facilitatore spiega:

- Si dovrebbero usare frasi come se il membro del gruppo di ascolto non fosse presente nel cerchio; riferendosi a loro come "lei" o "lui" o con il loro nome.
- Non c'è un ordine stabilito dato in chi "spettegola", potrebbe anche spettegolare contemporaneamente.
- ogni persona che riceve pettegolezzi positivi per 2 minuti. Quindi l'incoraggiamento per i pettegolezzi è quello di parlare e parlare e spettegolare il più possibile in questo breve tempo.
- Il pettegolezzo può riguardare qualsiasi ambito della persona, l'unica condizione è che il pettegolezzo deve essere solo una cosa positiva come:
  - ciò che ti piace di questa persona (caratteristiche, comportamento, atteggiamento, aspetto fisico)
  - cosa hai visto di questa persona che ha avuto un impatto positivo su di te
  - perché ne sei affascinato
  - ciò che ti rende orgoglioso di questa persona, si può anche usare l'immaginazione se avete una forte convinzione che questa persona possa essere brava a...

3. (2 min) Il facilitatore chiede a un membro di ogni gruppo di voltare le spalle ai suoi compagni così solo "le loro orecchie" partecipano al cerchio, ma gli altri membri non possono vedere il suo volto. Quando tutti i gruppi sono pronti, il facilitatore emette un suono che segnala l'inizio e i partecipanti iniziano a spettegolare.

4. (2 minuti ciascuno) I facilitatori segnalano che il tempo è scaduto, e una nuova persona ha un turno e inizia un nuovo giro di pettegolezzi. Il segnale viene ripetuto fino a quando tutti non ricevono il loro giro di pettegolezzi.

5. Il facilitatore raccoglie il gruppo in un cerchio per condividere e riflettere sull'esperienza dell'attività.



## RIFLESSIONE:

Come vi siete sentiti a ricevere e a dare un feedback positivo?

Pensate a come potreste integrare questo strumento nella vostra vita e nel lavoro di tutti i giorni? Quali sono i vostri suggerimenti?

Quale pensi che possa essere il contributo di questa attività alla costruzione della vostra capacità di recupero?

## COMMENTI:

La gente di solito ama questo esercizio e vedrete molte facce felici dopo di esso

GOSSIP POSITIVO

