



# IO E LA MIA ORGANIZZAZIONE

Kiégésmegelőzés pszichológiája



1 - 15



1,5 ore



Da svolgere all'interno



Espressione artistica | disegno

## SCOPO

- CONOSCENZA DI SÈ
- Consapevolezza del ruolo che si ricopre nella propria organizzazione

## INTRODUZIONE

Questo è uno strumento che attraverso il disegno promuove la conoscenza di sé, la quale può aiutare a capire il proprio ruolo all'interno dei team di lavoro e nella società.

## MATERIALI

- Musica di sottofondo
- Fogli di carta A3

## PREPARAZIONE

- Preparare un luogo confortevole per ciascun partecipante.

# SVOLGIMENTO

1. Il facilitatore invita i partecipanti a pensare alle loro organizzazioni/ società/ team in termini simbolici. Quale simbolo rappresenterebbe al meglio la vostra organizzazione?
2. I partecipanti disegnano questi simboli su un foglio, si raccomanda di usare simboli, colori o forme che abbiano un preciso significato per ciascuno, ma non parole.
3. Ai partecipanti viene chiesto di pensare al proprio ruolo all'interno della simbologia scelta. Se i partecipanti hanno bisogno di essere orientati, il facilitatore può porre queste domande:
  - Se la tua società fosse un'immagine come la rappresenteresti?
  - Quale parte di questo simbolo sei tu?
  - Che ruolo hai all'interno di questo simbolo?
3. Una volta che i partecipanti avranno terminato saranno invitati a inserire alcune parole chiave.
4. Una volta che i lavori saranno completati, i partecipanti li mostreranno agli altri, rispondendo alle domande qui sotto scritte. La condivisione di questi disegni può essere effettuata in cerchio, uno alla volta, o in coppie.
  - Come viene rappresentata la tua società nel linguaggio simbolico che hai usato?
  - Quale è il tuo ruolo in questo?
  - Ti piacerebbe cambiare qualcosa nel tuo ruolo?
  - Normalmente ricopri un ruolo simile, nei gruppi di cui fai parte?
  - Qual è il tuo ruolo nella vita quotidiana?

IO E LA MIA ORGANIZZAZIONE

## RIFLESSIONI:

- Come è stato per te affrontare questo processo?
- Quali nuove riflessioni hai elaborato svolgendo questa attività?
- Come pensi che questa attività possa contribuire a costruire la tua resilienza?

## COMMENTI:

Variazioni: il facilitatore potrebbe chiedere ai partecipanti di pensare alla propria società come un corpo, disegnare questo corpo e poi identificare quale parte vorrebbero essere.

