



KÖVETÉS ÉS VEZETÉS VAKON

Élménypedagógia



4-40 fő



30-60 perc



szabadtéri



csoportos kihívás,
csoportmunka

CÉL

- BIZALOM
- vezetés és kommunikáció
- kreativitás és kikapcsolódás
- felfedezés

ESZKÖZÖK

- szembekötők minden résztvevőnek
vagy csukott szemek :)

* ruházat, ami véd a kisebb



BEVEZETÉS

Ez a gyakorlat a vezetői készségekről szól. A cél, hogy felfedezzük annak formáit és módjait, valamint hogy lendületet adjunk a csapat kreativitásának.

ELŐKÉSZÜLETEK

Mint facilitátornak tanácsos figyelemmel kísérned a párok parkban vagy erdőben tett felfedezőútját, hogy biztosan elkerüljük a sérüléseket (még azon túl is, hogy a pár látó tagja felel a társa biztonságáért). Akadhatnak olyan résztvevők, akik különösen frusztráltakká vagy nyugtalanná válnak, ha bekötik a szemüket, ezért erről érdemes előzetesen beszélni, így elkerülhetjük a túl nagy kihívást jelentő helyzeteket. Ők végezhetik a gyakorlatot csukott szemmel, és menet közben ki is nyithatják a szemüket.

A GYAKORLAT LÉPÉSEI:

1. Mint facilitátor válassz egy területet a természetben, ahol a résztvevők kellőképpen szétszóródhatnak és különböző szintű felfedezéseket tehetnek - a talajtól, a füves vagy avarral bevont tereptől a bokrokon át a fák törzséig. Izgalmas lehetőség, ha többféle felszínt is megtapasztalhatnak - vizet, sarat, puha és kemény felületeket.

Ha megvan az alkalmas terep, kérd meg a résztvevőket, hogy találjanak egy párt maguknak, akivel szívesen végeznék a gyakorlatot. Döntsék el, hogy melyikük szeme lesz bekötve először.

2. Az instrukciók a következők:

- aki nem lát, azt vezeti a látó társa

- a nem látó eldöntheti, hogy milyen fajta vezetést szeretne a társától: megérintse-e őt vagy sem; szüksége van-e szóbeli vagy nonverbális kommunikációra, avagy sem; hogy szeretnének-e megnevezni néhány tárgyat, amit érdekes lehet számukra vagy sem.

- azt is meghatározhatják, még mielőtt bekötik a szemüket, hogy merre szeretnének kalandozni vagy mit szeretnének megtapasztalni

3. (15-30 perc) A nem látó résztvevő felfedezi a terepet. A vezető követi vak társa kéréseit és ötleteit. Mindemellett, természetesen gondoskodik társa fizikai jóllétéről - ez azt jelenti, hogy figyelmezteti, megfogja vagy megtartja esetleg meg is állítja a bekötött szemű társát abban az esetben, és csak akkor, ha az veszélyben van (lehetséges esés, csúszás, vagy esélyes, hogy beüti például a fejét). Ez nem azt jelenti, hogy túlonúl óvjuk a párunkat,



hiszen a gyakorlat célja éppen a felfedezés.

4. (15-30 perc) Amikor letelik az idő, a párok szerepet cserélnek.

5. Hívd össze a résztvevőket egy zárókörbe, hogy megoszthassák és kiértékelhessék a gyakorlatból szerzett tapasztalatukat.

KIÉRTÉKELÉS:

Mit gondolsz most a vezetésről és a követésről?

Milyen felfedezést tettél a gyakorlat során?

Milyen erőforrásokat fedeztél fel önmagadban, amelyeket a

kiégés-megelőzéshez és az ellenálló-képességed erősítéséhez tudsz használni?

! KÖVETÉS ÉS VEZETÉS !
VAKON

