

VIRÁG

Élménypedagógia



12-32 fő



30-40 perc



szabadtéri | beltéri



CÉL

ISMERKEDÉS

közös érdeklődési területek
felfedezése

ESZKÖZÖK

1 db flipchart papír csoportonként
filctollak minden csoportnak

ELŐKÉSZÜLETEK

Nincs

BEVEZETÉS

- * Ez egy ún. jégtörő gyakorlat, ismerkedést segítő folyamat, amely során a résztvevők felfedezhetik közös érdeklődési területeiket és rácsodálkozhatnak a másik különleges és egyedi tulajdonságaira. A gyakorlat egyaránt alkalmas olyan csoportoknak, akik már valamennyire ismerik egymást, és az egymás számára teljesen új résztvevőknek is.
- *
- *



A GYAKORLAT LÉPÉSEI:

1. A résztvevőket oszd 4-5 fős kiscsoportokra, és mindegyik csoportnak adj egy flipchart papírt és filctollakat.

2. (15 perc) Egy virágot kell rajzolniuk annyi szírommal, ahány résztvevő van ebben a kiscsoportban. Minden szíromba 3-4 tulajdonságát kell beleírni annak a résztvevőnek, akit a virágszírom jelképez, de csak olyanokat, amivel senki más nem rendelkezik a csapatukban. A virág közepébe pedig csupa olyan jellemzőt írnak, ami közös a kiscsoport minden tagjában.

3. Ezt követően a résztvevők bemutatják a virágaikat a teljes csoportnak.

4. Utolsó lépésként a teljes csoport is megjeleníthető egyetlen nagy virágban a fenti szabályokat alkalmazva.

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

VIRÁG

KIÉRTÉKELÉS:

Hogyan érezted magad az egyéni és a közös tulajdonságok keresése során?

Mit fedeztél fel vagy tanultál a többiekről?

Mit gondolsz, hogyan járul hozzá ez a folyamat az ellenálló-képességed erősítéséhez és a kiégés-megelőzéshez?



MEGJEGYZÉSEK:

A virágokat kitehetitek a tréningterem falára és használhatjátok további beszélgetésekhez vagy folyamatokhoz.

Változat 1: A gyakorlat szóban - mindenféle felszerelés/eszköz nélkül - is megvalósítható, különösen, ha a szabadban vagytok.

Változat 2: Ez a gyakorlat átalakítható úgy is, hogy zárófolyamatként használjátok:

- vágj ki papírból egy virágformát

- hajtsd a szírmokat a virág közepébe úgy, hogy egymásra rétegeződjenek

- készíts elő egy vízzel teli tálat, amibe belefér a virág és játssz kellemes háttérzenét

- kérd meg a résztvevőket, hogy helyezték az összehajtogatott virágokat a vízbe, gyűljenek köré s kezdjenek el lassan mozogni (ringatózni) a körben

- idővel a virágok szépen lassan kinyílnak, ami alkalmat teremt arra, hogy értékeljük és megünnepeljük egymást

