



STEAGUL ORGANIZATIEI MELE

Psihologie pentru prevenția
sindromului de Burnout



Număr de
participanți
1-15



indoor



1,5 ore



expresie artistică/desen



SCOP

VALORIFICAREA RESURSELOR
COMUNE

- stimularea angajamentului de lucru
- exprimare non-verbală
- autocunoaștere

MATERIALE

- muzică de fundal
- foi albe A3
- pixuri colorate, creioane, carioci sau vopsele

PREGĂTIRE

Un loc confortabil pentru participanți pe durata activ

INTRODUCERE

Vom folosi desenul ca și instrument pentru a recunoaște și a valorifica resursele comune deținute de echipă și pentru a stimula implicarea activă. Chiar dacă, la prima vedere, pare a fi doar o activitate artistică, accentul nu este pe frumusețea estetică și creația artistică.



PASI

1. Facilitatorul solicită participanților să se gândească la cum operează echipa lor de lucru. Dacă toți membrii echipei sunt prezenți, exercițiul poate fi făcut de toată echipa împreună (maximum 6 persoane pot lucra la același desen)

2. Participanții trebuie să adune niște pixuri, creioane și creioane cerate colorate, să pregătească o hârtie A3 și să găsească un spațiu în care grupul lor poate lucra fără a fi deranjat, timp de 30 de minute.

3. Sarcina este de a crea și desena steagul echipei lor, prezentând toate caracteristicile, calitățile echipei lor de lucru 'imediate' (echipa de lucru 'imediată' poate fi definită în diferite modalități: oameni care lucrează împreună zilnic, colegi care lucrează la același nivel ierarhic, oameni care lucrează pentru același scop, în aceeași profesie), ghidați de următoarele întrebări orientative:

- Ce ați vrea să arătați în legătură cu echipa voastră?
- Ce vă place cel mai mult la echipa voastră?
- Cum ați prezenta echipa voastră altora?
- Cu ce vă mândriți împreună ca echipă?

Se recomandă utilizarea unor simboluri, culori, forme semnificative, deși echipele pot include și cuvinte pe steag.

4. Discuțiile purtate în jurul întrebărilor recomandate au loc în grupurile mici care lucrează asupra aceluiași steag.

5. După aceasta, grupurile se reunesc, își prezintă steagurile și discută următoarele întrebări/oferă răspunsuri la următoarele întrebări:

- Uitându-vă la steag, ce vă spune acesta despre echipa/organizația voastră?
- Conectarea exercițiului la implicarea activă în lucru: pe baza steagului, de ce vă place să faceți parte din această echipă?
- Ce vă place la această organizație?
- Ce resurse are echipa voastră? Sunt oare reprezentate aceste resurse în desen?

REFLECȚIE

- Cum te-ai simțit în diferitele faze ale activității?
- Cum ar putea contribui această activitate la dezvoltarea rezilienței?



COMENTARII

STEAGUL ORGANIZAȚIEI MELE

