

Откриване на потенциал



Стъпка: Четвърта – Търси решения!



Време: 30 мин.



Изисквания за пространство и материали:

- Хартия;
- Маркери с различни цветове.



Описание на упражнението:

Това упражнение цели да помогне да участниците да осъзнаят всички неща, в които са добри и да засили мотивацията им за действие.

1. Обяснете на участниците, че все от тях трябва да направи рамка, която по-късно ще попълни. Дайте на участниците материали и 10 минути, за да направят рамката: могат да я нарисуват, ако искат, но трябва да е достатъчно голяма, за да побере някои изречения и/или думи.
2. Помолете участниците да помислят индивидуално за пет положителни лични качества, които ще им помогнат в реализирането на конкретна обща инициатива, свързана с движението на хора. Помолете ги да напишат петте качества в рамката.
3. За да помогнат на участниците да осъзнаят потенциала си, рамките ще бъдат оставени на масите (или пода) и всеки от участниците ще обикаля и добавя това, което мисли, че е добро качество на човека, който притежава рамката. Важно е да подчертаете, че става въпрос само за добри качества.
4. Помолете всички да разгледат приноса на другите върху техните рамки и ги поканете за дискусия, започвайки с въпросите:
 - Как се чувствате сега?
 - Изненада ли ви някое от качествата във вашите рамки?
 - Как мислите, че това упражнение би ви помогнало да бъдете по-ефективни в планирането на вашата инициатива?