

Ćwiczenie 80 Ważne koła

Cel	Rozwijanie umiejętności działania w środowisku wielokulturowym
Forma ćwiczenia	Ćwiczenie werbalne
Wykorzystywane materiały	Dwa sznurki
Liczba uczestników	Mała grupa
Czas trwania	Min. 25 minut
Stopień trudności	Zaawansowany
Przygotowanie	Ułożenie sznurków w dwóch kołach - jedno mniejsze, drugie większe

Wyjaśnienie zasad ćwiczenia

Trener wyznacza 3 strefy utworzone przez ułożenie lin w dwóch kółkach:

- ✓ strefa komfortu (koło wewnętrzne);
- ✓ strefa nauki (koło środkowe);
- ✓ strefa paniki (poza linią zewnętrzną).

Zadanie jest następujące:

Jedna osoba wymienia jakiś rodzaj aktywności (np. skok na bungee), a inni uczestnicy przechodzą do jednej ze stref, zależnie od tego, jak doświadczyli lub doświadczyliby danej aktywności. Każdy po kolei wymienia jakiś rodzaj aktywności.

Podsumowanie

Trener zadaje pytania:

- Dlaczego wybrałeś tę strefę?
- W której strefie chciałbyś się znaleźć w danej sytuacji?
- Jeśli chciałbyś wejść do innej strefy, co musiałbyś zrobić?"