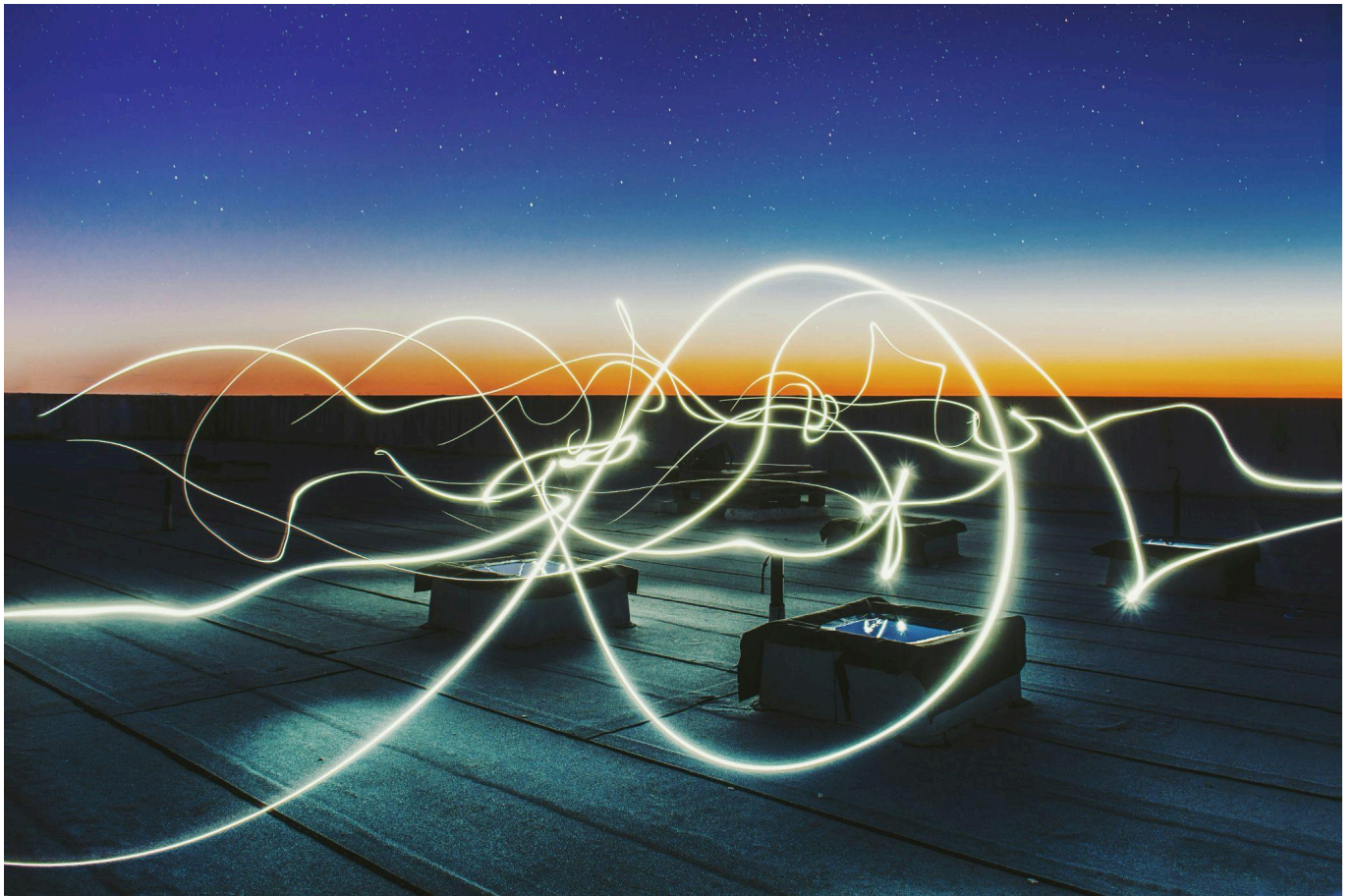




Co-funded by  
the European Union



# PR3 - Setul de instrumente de formare

## Descoperirea Conexiunilor

SESKAT. Dezvoltarea competențelor sociale și emoționale în formarea adulților

2021-1-DE02-KA220-ADU-000035095



#### 1) DENUMIREA ȘI DESCRIEREA INSTRUMENTULUI

"Descoperirea conexiunilor" este o activitate pentru a sparge gheața, concepută pentru a ajuta un grup de cursanți adulți să creeze conexiuni și să se înțeleagă reciproc la un nivel mai profund. Participanții se angajează în conversații individuale pentru a aduna date interesante despre colegii lor, promovând un sentiment de coeziune în echipă.

#### 2) OBIECTIVELE INSTRUMENTULUI

- Facilitați prezentările și creați o atmosferă pozitivă.
- Încurajați ascultarea activă și empatia prin interacțiuni personale.
- Promovați înțelegerea și descoperiți punctele comune în cadrul grupului.

#### 3) LEGĂTURA INSTRUMENTULUI CU INTELIGENȚA EMOȚIONALĂ/ABILITĂȚILE SOFT

Acest instrument este legat de inteligența emoțională, deoarece încurajează participanții să se angajeze în conversații semnificative, promovând conștiința de sine și empatia. Competențele transversale, cum ar fi ascultarea activă, comunicarea și înțelegerea interpersonală, fac parte integrantă din crearea de conexiuni.

#### 4) RESURSE ȘI MATERIALE

- Flip-chart sau tablă albă
- Markere
- Bilețele autocolante (sticky notes) sau fișe
- Temporizator sau cronometru



## 5) PUNEREA ÎN APLICARE A INSTRUMENTULUI

**Durata: 30-45 minute**

### **Pasul 1: Introducere și configurare (5 minute)**

Urați bun venit participanților și prezentați activitatea de spargere a gheații.

Explicați că activitatea presupune conversații individuale pentru a descoperi fapte interesante despre fiecare dintre voi.

### **Pasul 2: Crearea de perechi pentru a sparge gheața (5 minute)**

Combinați participanții în mod aleatoriu sau cereți-le să își aleagă un partener.

Explicați-le că vor avea la dispoziție un anumit interval de timp pentru a purta o conversație cu partenerul lor.

### **Pasul 3: Conversații individuale (15-30 minute)**

Atribuiți o temă specifică sau lăsați-o deschisă (de exemplu, hobby-uri, experiențe memorabile, aspirații).

Fiecare participant împărtășește pe rând fapte interesante despre el însuși în timpul conversației tete-a-tete.

Stabiliți o limită de timp (de exemplu, 3-5 minute de persoană) pentru a menține conversațiile dinamice.

### **Pasul 4: Reflecție și puncte comune (10 minute)**

După conversațiile individuale, conduceți o discuție de grup despre teme comune, experiențe împărtășite sau fapte interesante. Folosiți flipchartul sau tabla albă pentru a nota punctele comune sau descoperirile intrigante.

### **Pasul 5: Discuții în grup și împărtășire (5 minute)**

Facilitați o discuție în grup despre experiența generală. Încurajați participanții să exprime cum i-a făcut să se simtă activitatea și ce au învățat despre și de la colegii lor.

## 6) REZULTATELE AȘTEPTATE ALE ÎNVĂȚĂRII

Participanții creează un sentiment mai puternic de legătură și înțelegere în cadrul grupului, angajându-se în conversații individuale și descoperind lucruri interesante despre fiecare dintre ei. Activitatea promovează ascultarea activă, empatia și recunoașterea experiențelor comune. Rezultatele învățării includ o coeziune sporită a echipei, o comunicare îmbunătățită și o bază pentru colaborare. De exemplu, participanții pot descoperi puncte comune surprinzătoare sau pasiuni împărtășite în timpul conversațiilor lor, creând o dinamică de echipă mai personală și mai interconectată.