



Co-funded by  
the European Union



# PR3 - Setul de instrumente de formare

## Două minciuni, un adevăr

SESKAT. Dezvoltarea competențelor sociale și emoționale în formarea adulților

2021-1-DE02-KA220-ADU-000035095



## 1) DENUMIREA ȘI DESCRIEREA INSTRUMENTULUI

"Două minciuni, un adevăr" este o activitate interesantă, concepută pentru a spori capacitatea de a-i implica pe ceilalți prin explorarea narațiunilor personale. În cadrul acestei activități, fiecare participant împărtășește trei afirmații despre el însuși - dintre care două sunt false și una adevărată. Restul grupului ascultă în mod activ, pune întrebări și încearcă în mod colaborativ să discearnă afirmația adevărată față de cea neadevărată, favorizând un sentiment de conexiune și înțelegere.

## 2) OBIECTIVELE INSTRUMENTULUI

### 1. Facilitarea implicării personale:

- Încurajarea participanților să împărtășească anecdote personale, promovând un sentiment de deschidere și de conexiune.
- Promovarea ascultării activă și implicarea, pe măsură ce participanții se străduiesc să se înțeleagă reciproc.

### 2. Dezvoltarea abilității de interogare:

- Participanții se antrenează în a pune întrebări cu grijă, pentru a descoperi detalii despre poveștile celorlalți.
- Îmbunătățirea abilității de a-i implica pe ceilalți prin curiozitate și cercetare.

### 3. Construirea încrederii și a conexiunii:

- Crearea un mediu în care indivizii se simt confortabil să împărtășească informații personale.
- Cultivarea unui sentiment de încredere și camaraderie în cadrul grupului.

### 4. Promovarea participării active:

- Încurajați toți participanții să participe activ atât la împărtășire, cât și la ghicit.
- Întăriți capacitatea grupului de a se implica în diverse perspective.

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

- **Conștientizare socială:** Participanții observă și interpretează indicii non-verbale în timpul procesului de ghicire.
- **Gestionarea relațiilor:** Crearea de conexiuni și sporirea încrederii unul în celălalt, prin intermediul împărtășirii poveștilor personale.
- **Comunicare:** Exersarea comunicării eficiente prin povestiri și întrebări.



#### 4) RESURSE ȘI MATERIALE

- Cartonașe sau foi de hârtie pentru ca participanții să își scrie afirmațiile.
- Un ghid al facilitatorului cu instrucțiuni și sugestii de sugestii.
- Un spațiu deschis și incluziv pentru activitate.

#### 5) PUNEREA ÎN APLICARE A INSTRUMENTULUI

- 1. Introducere și explicații (10 minute):**
  - Informați participanții cu privire la scopul activității: să îi implice pe ceilalți prin povestiri.
  - Explicați regulile: fiecare participant împărtășește două afirmații false și o afirmație adevărată despre el însuși.
- 2. Împărtășirea poveștilor (30 de minute):**
  - Fiecare participant își împărtășește pe rând cele trei afirmații.
  - Încurajați creativitatea și un amestec de povești ușoare și semnificative.
- 3. Întrebări și presupuneri (30 de minute):**
  - După ce fiecare participant împărtășește cele trei afirmații, fiecare participant pune pe rând întrebări unul altuia, pentru a descoperi mai multe detalii.
  - Membrii grupului ghicesc în mod colectiv care afirmație este adevărată.
- 4. Dezbateri și reflecție (15 minute):**
  - Facilitați o discuție de grup despre experiență.
  - Explorați modul în care activitatea a contribuit la înțelegerea și implicarea reciprocă.
- 5. Rotație și repetare (15 minute):**
  - Rotiți la următorul participant și repetați procesul.
  - Încurajați participarea activă a tuturor membrilor grupului.

#### 6) REZULTATELE AȘTEPTATE ALE ÎNVĂȚĂRII

- Capacitate îmbunătățită de a-i implica pe ceilalți prin ascultare activă și interogare atentă.
- Sensibilizare socială consolidată prin observarea semnelor non-verbale.
- Abilități îmbunătățite de gestionare a relațiilor prin construirea încrederii și a conexiunii.
- Creșterea confortului în a împărtăși povești personale în cadrul unui grup.
- Încurajarea unui sentiment de comunitate și camaraderie între participanți.