Explore your values Категорија лидерство

Вежба за учесниците да истражат кои се нивните најважни вредности. Тоа е направено на интуитивен и брз начин за да ги поттикне учесниците да го следат интуитивното чувство, наместо да размислуваат и да ги најдат "точните" вредности. Ова е добра вежба за користење за да се иницира размислување и дијалог околу личните вредности.

Временска рамка  
60-120 минути   
  
Големина на група  
2-40

Ниво за фасилитирање  
Средно  
  
Материјали

Стикери, пенкала

Чекор 1:  
Поделете стикери на сите учесници.  
  
  
Чекор 2:  
Замолете ги да ги напишат десетте работи во својот живот што најмногу ги вреднуваат, по еден на секој стикер, во форма на вредност. Зборови како, "пријателство", "семејство" или "чесност" - нешто што всушност го вреднуваат.  
  
Чекор 3:  
Кога сите имаат свои десет стикери, замолете ги учесниците да ги постават пред нив, за да можат јасно да ги видат и да имаат добар преглед.  
  
Чекор 4:  
Кажете им на учесниците дека сега имаат 30 секунди за да ги одберат трите стикери кои се најмалку важни за нив и да ги фрлат. Бидете напорни за тајмингот и не им давајте повеќе време, дури и ако тоа е потребно. Треба да ги користат своите чувства.  
  
Чекор 5:  
Повторете го последниот чекор, сега давајќи им 20 секунди за да фрлат уште две.  
  
Чекор 6:  
И, конечно, повторете го последниот чекор, давајќи им 20 секунди да фрлите уште две. Тие сега треба да имаат три стикери со нивните три најважни вредности.  
  
Чекор 7:  
Дајте им на учесниците 15 минути за да размислуваат поединечно, потоа 30 минути во парови или групи од три за да размислуваат за следните прашања:  
 **Што чувствувам за вредностите со кои завршив? Дали ги очекував тие?  
Како овие вредности се покажуваат во мојот секојдневен живот?**

**Кои акции ги преземам за да живеам со овие вредности?**

**Кои акции треба да ги преземам за да живеам со овие вредности?  
Кои акции би сакал да ги преземам за да живеам од нив?**

Овие акции може да се поврзат со акционен план, користејќи ги како секојдневни активности за подобрување.