



YOU PART

Engage. Connect. Empower

GUIDARE E SEGUIRE

FATTI

OBIETTIVI

MATERIALI

ISTRUZIONI

ULTERIORI INFORMAZIONI

GUIDARE E SEGUIRE

FATTI

Età: 13+

Numero di partecipanti: 8 - 32

Durata: 80 - 100 minuti

OBIETTIVI

- Creare uno spazio sicuro in cui i partecipanti possano esprimersi liberamente e rispettarsi reciprocamente.
- Offrire un processo di apprendimento collettivo che sia divertente e formativo per i partecipanti.
- Permettere ai partecipanti di esplorare i loro pensieri più profondi sui concetti di condurre ed essere condotto.
- Promuovere discussioni costruttive sul tema.
- Rendere i giovani consapevoli dei loro diritti umani fondamentali e incoraggiarli alla partecipazione civica e/o politica.

MATERIALI

- Uno spazio in cui i partecipanti possano muoversi facilmente
- Impianto audio e musica

ISTRUZIONI

Step 1 – Iniziare il cerchio di condivisione ~ 5 minuti

Tutti i partecipanti si riuniscono in un cerchio in piedi e condividono brevemente qualcosa su di sé (ad esempio, nome e origine).

Step 2 – Movimenti guidati in cerchio ~ 5 minuti ~ musica ritmica e gioiosa

Tutti i partecipanti si tengono per mano - insieme al facilitatore - e iniziano a muoversi sotto la guida del facilitatore.

I movimenti consistono principalmente nell'andare avanti e indietro verso il centro del cerchio - facendo il cerchio più piccolo e più grande possibile, tenendosi sempre per mano.

Step 3 – Camminare per la stanza con istruzioni specifiche ~ 15 minuti ~ musica ritmica e giocosa

1. Si può camminare solo in avanti. Per cambiare direzione, bisogna fermarsi e girarsi esattamente di 90 gradi.
2. Si può anche camminare all'indietro.
3. La parte superiore del corpo può compiere diversi movimenti. Se vedete un movimento di un'altra persona che suscita il vostro interesse, potete copiarlo e seguire la persona che lo esegue, oppure potete ispirarvi a esso e creare un nuovo movimento.

SUGGERIMENTO: *Al termine dell'esercizio, il facilitatore può proporre un breve cerchio di condivisione - una breve discussione in cerchio, in cui i partecipanti possono riflettere sull'esperienza acquisita durante l'attività.*

Step 4 – L'umano e l'ombra ~ 15 minuti

Scegliete uno dei partecipanti per rappresentare "L'Umano". Tutti gli altri diventano "l'ombra dell'Umano". Quando "L'Umano" vi guarda, dovete stare fermi. Quando "L'Umano" vi vede muovere, diventate "L'Umano".

SUGGERIMENTO: *Breve cerchio di condivisione.*

Step 5 – Lo scultore e la statua ~ 10 minuti

SUGGERIMENTO: È consigliabile parlare con i partecipanti del consenso prima di fare questo gioco. I partecipanti devono rispettare il corpo dell'altro e il proprio!

I partecipanti formano gruppi di 2 (coppie) in cui uno è lo scultore e l'altro è la statua. Il tema di quest'attività è "guidare e seguire".

Gli scultori formano i corpi delle statue per presentare la loro idea di leader (primo turno). Poi gli scultori camminano intorno e osservano le statue.

Dopodiché, tornano alle proprie statue, si mettono nella stessa posa delle loro statue e i ruoli cambiano: chi prima era una statua diventa uno scultore.

Ora viene presentata l'idea di un seguace (secondo turno).

SUGGERIMENTO: Breve cerchio di condivisione.

Step 6 – Discussione del tema ~ 15 minuti

Sulla base delle idee già espresse dai partecipanti, il facilitatore avvia una discussione per esplorare ulteriormente le riflessioni dei partecipanti su leader e follower.

Step 7 – L'umano e l'ombra ~ 15 minuti

SUGGERIMENTO: 15 minuti di preparazione + 10 minuti di presentazione e breve riflessione.

- I partecipanti formano quattro gruppi. Ogni gruppo inventa una storia sul tema del "guidare e seguire" che desidera presentare.
- Dovranno presentare questa storia in tre immagini fisse, utilizzando solo il proprio corpo.
- La prima immagine presenta una situazione, la seconda immagine presenta ciò che è accaduto che ha cambiato la situazione e la terza immagine presenta come la situazione si è trasformata.

ULTERIORI INFORMAZIONI PER I FACILITATORI

I brevi cerchi di condivisione devono essere veloci e fortemente facilitati. Il facilitatore deve valutare se questo è utile per l'intero processo o se è meglio saltarlo.

Un altro esercizio - [Colombian hypnosis](#)



YOU PART

Engage. Connect. Empower

PROJECT PARTNERS



Co-funded by
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.