



Εκπαίδευση στην Αναγεννητική Ηγεσία

Ενότητα 8

Αναπτύχθηκε από Upwell | 2026

PROJECT NUMBER: 2024-1-FR01-KA220-VET-000244092



Co-funded by
the European Union

Funded by the European Union. The views and opinions expressed are those of the author(s) and do not necessarily reflect those of the European Union or of Agence Erasmus+ France / Education Formation. Neither the European Union nor the granting authority can be held responsible for this.



Οικολογική σκέψη!

Πριν εκτυπώσετε οποιοδήποτε υλικό, σκεφτείτε αν είναι πραγματικά απαραίτητο. Σε περίπτωση που κάτι πρέπει να εκτυπωθεί, αξίζει να σκεφτείτε πού θα το εκτυπώσετε (π.χ. σε τοπικό τυπογραφείο, σε οικολογικό διαδικτυακό τυπογραφείο κ.λπ.), σε τι είδους χαρτί (π.χ. ανακυκλωμένο χαρτί, χαρτί από χόρτο, άλλες εναλλακτικές λύσεις αντί για το συνηθισμένο λευκό χαρτί) και με τι είδους χρώματα.

Ας προστατεύσουμε το περιβάλλον μας!

8. Αναγεννητικές πρακτικές οργάνωσης και διαχείρισης

Εφαρμογή αναγεννητικών αρχών στις οργανωτικές δομές, τις διαδικασίες και τις καθημερινές ρουτίνες.

από την Upwell

8.1 Εισαγωγή

Θέματα και βασικές έννοιες

Αυτό το κεφάλαιο επικεντρώνεται στον τρόπο με τον οποίο οι αναγεννητικές αρχές μπορούν να ενσωματωθούν στην καθημερινή πρακτική των οργανισμών. Αντί να επανεξετάζει το γιατί η αναγέννηση είναι σημαντική, αυτό το κεφάλαιο διερευνά πώς μπορεί να καταστεί ορατή στον τρόπο με τον οποίο λειτουργούν στην πράξη οι οργανισμοί: στις συναντήσεις, στη λήψη αποφάσεων, στην επικοινωνία, στις ρουτίνες των ομάδων, στη συμπεριφορά της ηγεσίας, στην κατανομή των πόρων και στις διαδικασίες διαχείρισης.

Με βάση τα προηγούμενα μαθήματα, οι συμμετέχοντες καλούνται να συνθέσουν τις γνώσεις τους σχετικά με την αναγέννηση, τη συστημική σκέψη, την ένταξη, την ηγεσία, την αλλαγή και τον αναστοχασμό, και να τις μετατρέψουν σε πρακτική οργανωτική δράση. Η έμφαση δεν δίνεται μόνο στις στρατηγικές μετασχηματισμού μεγάλης κλίμακας, αλλά και στις συγκεκριμένες οργανωτικές συνήθειες και δομές που διαμορφώνουν την καθημερινή εργασιακή ζωή. Με αυτόν τον τρόπο, το μάθημα βοηθά τους συμμετέχοντες να προχωρήσουν από την πρόθεση στην υλοποίηση.

Η ενότητα αυτή είναι ιδιαίτερα σημαντική, καθώς πολλοί οργανισμοί διακηρύσσουν ήδη αξίες όπως η βιωσιμότητα, η ένταξη, η συμμετοχή και η ευημερία, αλλά αυτές οι αξίες δεν αντανakλώνται πάντα στις καθημερινές ρουτίνες και στις πρακτικές διαχείρισης. Η αναγεννητική οργανωτική πρακτική σημαίνει την ευθυγράμμιση των αξιών με τη δράση και τη δημιουργία εργασιακών περιβαλλόντων που υποστηρίζουν τη μάθηση, την εμπιστοσύνη, τη συνεισφορά, την προσαρμοστικότητα και τη μακροπρόθεσμη ευημερία. Επομένως, η ενότητα αυτή λειτουργεί ως η πρακτική γέφυρα μεταξύ των ιδεών που διερευνήθηκαν στις προηγούμενες ενότητες και των επόμενων βημάτων που θα ακολουθήσουν οι ίδιοι οι συμμετέχοντες για την εφαρμογή τους.

Θέμα της ενότητας:

Αυτό το μάθημα επικεντρώνεται στην πρακτική ενσωμάτωση των αναγεννητικών αρχών στις οργανωτικές και διαχειριστικές πρακτικές. Διερευνά πώς οι οργανισμοί μπορούν να διαμορφώσουν τις καθημερινές τους ρουτίνες, τις δομές και τους τρόπους εργασίας τους, έτσι ώστε να υποστηρίζουν τη συμμετοχή, την ένταξη, την ευημερία, την κοινή ευθύνη και τη συνεχή μάθηση.

Η σημασία της έγκειται στο γεγονός ότι η αναγέννηση γίνεται πραγματικότητα μόνο όταν αντανakλάται στην καθημερινή οργανωτική ζωή. Δεν αρκεί οι οργανισμοί να ορίζουν

αναγεννητικούς στόχους σε επίπεδο στρατηγικής ή αξιών· αυτοί οι στόχοι πρέπει επίσης να διαμορφώνουν τον τρόπο με τον οποίο οι άνθρωποι συνεργάζονται, λαμβάνονται οι αποφάσεις, ρέει η επικοινωνία, διαχειρίζεται η ανατροφοδότηση και ασκείται η ηγεσία σε καθημερινή βάση.

Στο πλαίσιο του συνολικού εκπαιδευτικού προγράμματος, αυτή η ενότητα έχει έναν συγκεκριμένο ρόλο: είναι η ενότητα που εστιάζει στην εφαρμογή και συνδέει την προηγούμενη μάθηση με τη συγκεκριμένη οργανωτική πρακτική. Ενώ οι προηγούμενες ενότητες επικεντρώνονται στην κατανόηση της αναγέννησης, στην ανάλυση συστημάτων, στον προβληματισμό σχετικά με την ένταξη και τις προκαταλήψεις, στην καθοδήγηση της αλλαγής και στη μέτρηση του αντίκτυπου, αυτή η ενότητα επικεντρώνεται στον τρόπο με τον οποίο αυτές οι γνώσεις μπορούν να μεταφραστούν σε καθημερινές οργανωτικές ρουτίνες και διαχειριστικές επιλογές. Προετοιμάζει επίσης τους συμμετέχοντες να αναπτύξουν τη δική τους «**Διαδρομή Αναγέννησης**» ως ένα ρεαλιστικό και βασισμένο στο συγκεκριμένο πλαίσιο επόμενο βήμα.

Βασικές έννοιες:

Αναγεννητική Οργανωτική Πρακτική: Μια προσέγγιση στην οργάνωση της εργασίας που στοχεύει στην ενδυνάμωση των ανθρώπων, των σχέσεων και των ευρύτερων συστημάτων που συνδέονται με τον οργανισμό, αντί της απλής διατήρησης των υφιστάμενων λειτουργιών.

Διαχειριστική πρακτική: Οι καθημερινές μέθοδοι συντονισμού και καθοδήγησης της εργασίας, συμπεριλαμβανομένης της επικοινωνίας, των συναντήσεων, της λήψης αποφάσεων, της ανατροφοδότησης και της ανάθεσης αρμοδιοτήτων. Αυτοί είναι βασικοί τομείς όπου οι αναγεννητικές αρχές γίνονται ορατές στην πράξη.

Ευθυγράμμιση μεταξύ αξιών και πρακτικής: Η συνέπεια μεταξύ των δηλωμένων αξιών ενός οργανισμού, όπως η ένταξη, η ευημερία ή η βιωσιμότητα, και των πραγματικών καθημερινών ρουτινών και συμπεριφορών του.

Αναγεννητικές ρουτίνες: Τακτικές πρακτικές που υποστηρίζουν τον αναστοχασμό, τη συμμετοχή, τη μάθηση, την ευημερία και την προσαρμογή στην καθημερινή εργασία.

Κατανεμημένη ηγεσία: Μια προσέγγιση ηγεσίας στην οποία η ευθύνη και η πρωτοβουλία μοιράζονται μεταξύ των ρόλων και των μελών της ομάδας, υποστηρίζοντας την ανάληψη ευθύνης, τη συνεργασία και την προσαρμοστικότητα.

Ψυχολογική ασφάλεια: Ένα εργασιακό κλίμα στο οποίο οι άνθρωποι αισθάνονται ελεύθεροι να μιλούν ανοιχτά, να συνεισφέρουν ιδέες, να θέτουν ερωτήσεις και να εκφράζουν ανησυχίες χωρίς φόβο επίπληξης ή αποκλεισμού.

Αναγεννητική πορεία: Ένα πρακτικό σύνολο δράσεων και προτεραιοτήτων που βοηθά τους συμμετέχοντες να μετατρέψουν τις αναγεννητικές αρχές σε ρεαλιστικά επόμενα βήματα στο δικό τους οργανωτικό πλαίσιο.

Γενικοί στόχοι και μαθησιακοί στόχοι

Ο γενικός στόχος αυτού του μαθήματος είναι να υποστηρίξει τους συμμετέχοντες στη μετατροπή των αναγεννητικών ιδεών σε συγκεκριμένες οργανωτικές και διαχειριστικές πρακτικές. Τους βοηθά να αναγνωρίσουν πώς οι καθημερινές ρουτίνες, οι δομές και οι συμπεριφορές ηγεσίας μπορούν είτε να ενισχύσουν τα συμβατικά πρότυπα είτε να συμβάλουν σε πιο αναγεννητικούς τρόπους εργασίας.

Ένας δεύτερος στόχος είναι η ενίσχυση της ικανότητας των συμμετεχόντων να αναγνωρίζουν την πρακτική διάσταση της αναγέννησης. Αντί να αντιμετωπίζουν την αναγέννηση ως μια ευρεία οργανωτική φιλοδοξία, η ενότητα ενθαρρύνει τους συμμετέχοντες να επικεντρωθούν στις συγκεκριμένες πρακτικές που διαμορφώνουν την καθημερινή εργασία: πώς διευκολύνονται οι συναντήσεις, πώς μοιράζονται οι ευθύνες, πώς μαθαίνουν οι ομάδες, πώς εφαρμόζεται η ένταξη και πώς οι συνθήκες στο χώρο εργασίας υποστηρίζουν τόσο τους ανθρώπους όσο και τον σκοπό.

Το μάθημα λειτουργεί επίσης ως χώρος σύνθεσης στο πλαίσιο της εκπαίδευσης. Οι συμμετέχοντες ενθαρρύνονται να συνδέσουν τις γνώσεις που απέκτησαν από τα προηγούμενα μαθήματα και να τις χρησιμοποιήσουν για να καθορίσουν ρεαλιστικές, ευαίσθητες στο πλαίσιο προτεραιότητες για το δικό τους οργανωτικό περιβάλλον. Αυτό αποτελεί τη βάση για την ανάπτυξη της προσωπικής ή οργανωτικής τους «**Αναγεννητικής Πορείας**».

Γνώση:

Οι συμμετέχοντες θα είναι σε θέση να:

- να περιγράψουν τι σημαίνει η αναγεννητική οργανωτική και διαχειριστική πρακτική με απλά λόγια·
- εξηγούν πώς οι καθημερινές ρουτίνες και οι διαδικασίες διαχείρισης επηρεάζουν την οργανωτική κουλτούρα και την ευημερία·
- να εντοπίζουν τη διαφορά μεταξύ των δηλωμένων οργανωτικών αξιών και της πραγματικής οργανωτικής πρακτικής·
- να αναγνωρίζουν τον ρόλο της συμμετοχής, της ψυχολογικής ασφάλειας και της κατανεμημένης ευθύνης στις αναγεννητικές οργανώσεις·
- να κατανοήσουν πώς οι δομές, οι ρουτίνες και τα πρότυπα επικοινωνίας μπορούν να υποστηρίξουν ή να εμποδίσουν τις αναγεννητικές πρακτικές.

Δεξιότητες:

Οι συμμετέχοντες θα είναι σε θέση να:

- να αναλύουν τις καθημερινές οργανωτικές ρουτίνες μέσα από μια αναγεννητική οπτική·
- να εντοπίζουν πού οι τρέχουσες πρακτικές δεν συνάδουν με τις οργανωτικές αξίες ή τις αναγεννητικές προθέσεις·

- να αξιολογούν τις πρακτικές διαχείρισης σε σχέση με τη συμμετοχή, την ένταξη, την επικοινωνία και την ευημερία·
- να αναπτύξουν συγκεκριμένες ιδέες για τη βελτίωση των ρουτινών, των δομών και των πρακτικών ηγεσίας στο δικό τους πλαίσιο·
- να σκιαγραφήσουν μια ρεαλιστική αναγεννητική πορεία για εφαρμογή στην ομάδα, τον οργανισμό ή το επαγγελματικό τους περιβάλλον.

Στάσεις:

Οι συμμετέχοντες θα είναι σε θέση:

- να εκτιμούν την καθημερινή πρακτική ως βασικό πεδίο οργανωτικής μεταμόρφωσης·
- να επιδείξουν ανοιχτό πνεύμα για την επανεξέταση των καθιερωμένων ρουτινών και των διαχειριστικών συνηθειών·
- να εκτιμούν τη συμμετοχή, την εμπιστοσύνη και την κοινή ευθύνη ως θεμέλια της αναγεννητικής εργασίας·
- να επιδείξουν δέσμευση για την ευθυγράμμιση της ηγετικής συμπεριφοράς με αναγεννητικές και συμπεριληπτικές αξίες·
- να αναλάβουν την ευθύνη να συμβάλουν στην πρακτική και ευαίσθητη στο πλαίσιο οργανωτική βελτίωση.

Πηγές

Αναγεννητική Ηγεσία

<https://www.wordzworth.com/sales/authorbooks?ISBN=9781783241194>

Επανασχεδιασμός οργανισμών

<https://www.reinventingorganizations.com/>

Η πέμπτη πειθαρχία

<https://www.penguinrandomhouse.com/books/163984/the-fifth-discipline-by-peter-m-senge/>

Η ηγεσία και η νέα επιστήμη

https://www.bkconnection.com/products/9781576753446_leadership-and-the-new-science

Μια κουλτούρα που περιλαμβάνει όλους

<https://hbsp.harvard.edu/product/14259-PDF-ENG>

Drive

<https://www.danpink.com/books/drive/>

Ομιλίες TED

- Πώς να χτίσετε (και να ξαναχτίσετε) την εμπιστοσύνη — Frances Frei
https://www.ted.com/talks/frances_frei_how_to_build_and_rebuild_trust
- Γιατί οι καλοί ηγέτες σας κάνουν να νιώθετε ασφαλείς — Simon Sinek
https://www.ted.com/talks/simon_sinek_why_good_leaders_make_you_feel_safe

8.2 Δραστηριότητες

Δραστηριότητα 1: Παγοθραύστης-Χτίζοντας το Ανθρώπινο Μονοπάτι

Μαθησιακοί στόχοι:

- Οι συμμετέχοντες γνωρίζονται μεταξύ τους με έναν ελαφρύ, διασκεδαστικό και ενεργητικό τρόπο.
- Οι συμμετέχοντες ασχολούνται με το θέμα των αναγεννητικών διαδρομών μέσω της κίνησης, της φαντασίας και της γρήγορης προσωπικής ανταλλαγής απόψεων.
- Οι συμμετέχοντες αρχίζουν να επανασυνδέονται με το μαθησιακό ταξίδι των Ενοτήτων 1–7 με έναν παιχνιδιάρικο και ανεπίσημο τρόπο.
- Οι συμμετέχοντες δημιουργούν μια θετική και ενεργητική ατμόσφαιρα πριν ξεκινήσουν το παιχνίδι «Regenerative Goose».

Διαδικασία και μέθοδοι:

Διαδικασία	Μορφή ομάδας	Υλικά	Χρόνος
Ο συντονιστής καλωσορίζει τους συμμετέχοντες και τους εξηγεί ότι πρόκειται να δημιουργήσουν ένα γρήγορο, διασκεδαστικό «ανθρώπινο μονοπάτι» γύρω από την αίθουσα. Ο συντονιστής αναφέρει ότι η αναγεννητική αλλαγή δεν ξεκινά πάντα με ένα τέλειο σχέδιο: μερικές φορές ξεκινά με ένα μικρό βήμα, μια παράξενη ιδέα ή μια απροσδόκητη σύνδεση.	Ολομέλεια	Ανοιχτός χώρος· σημειώσεις συντονιστή	1 λεπτό



Οι συμμετέχοντες σηκώνονται όρθιοι και κινούνται γύρω από την αίθουσα. Όταν ο συντονιστής πει «STOP!», κάθε συμμετέχων σχηματίζει ζευγάρι με το άτομο που βρίσκεται πιο κοντά του.	Ομαδική συνεδρία εργασία ζεύγη / σε	Ανοιχτός χώρος	1 λεπτό
Σε ζεύγη, οι συμμετέχοντες απαντούν στην πρώτη σύντομη ερώτηση: «Αν το αναγεννητικό σας ταξίδι ήταν ένα ζώο, ποιο ζώο θα ήταν και γιατί;» Κάθε συμμετέχων έχει περίπου 20 δευτερόλεπτα για να απαντήσει.	Εργασία ζεύγη σε	Κάρτες ερωτήσεων ή ερώτηση του συντονιστή	2 λεπτά
Οι συμμετέχοντες αρχίζουν να κινούνται ξανά. Όταν ο συντονιστής πει «STOP!», βρίσκουν έναν νέο συνεργάτη. Αυτή τη φορά απαντούν στη δεύτερη ερώτηση: «Αν η μάθησή σας από τις Ενότητες 1–7 ήταν μια υπερδύναμη, ποια θα ήταν;» Κάθε συμμετέχων δίνει μια σύντομη, αστεία απάντηση και τη συνδέει με κάτι που έμαθε. Σημείωση: Ο συντονιστής μπορεί να αναφέρει τα θέματα των ενοτήτων, αν αυτό είναι χρήσιμο.	Εργασία ζεύγη σε	Κάρτες με ερωτήσεις ή ερώτηση από τον συντονιστή	2 λεπτά
Οι συμμετέχοντες κινούνται για άλλη μια φορά. Όταν ο συντονιστής πει «STOP!», βρίσκουν έναν τελικό συνεργάτη. Απαντούν στην τρίτη ερώτηση: «Ποιο είναι ένα γελοίο αλλά χρήσιμο αντικείμενο που θα παίρνατε μαζί σας σε μια διαδρομή αναγέννησης;» Κάθε συμμετέχων ονομάζει ένα αντικείμενο και εξηγεί πώς θα μπορούσε να βοηθήσει.	Εργασία ζεύγη σε	Κάρτες με ερωτήσεις ή ερώτηση από τον συντονιστή	2 λεπτά



Ο συντονιστής συγκεντρώνει ξανά όλους στην ολομέλεια και ζητά από 3–4 εθελοντές να μοιραστούν την πιο αστεία ή πιο δημιουργική απάντηση που άκουσαν, όχι απαραίτητα τη δική τους. Ο συντονιστής συνδέει εν συντομία τις απαντήσεις με το θέμα της ενότητας, τονίζοντας τη δημιουργικότητα, τη φαντασία, τη συνεργασία και τη μελλοντοστραφή σκέψη.	Ολομέλεια	Καμία	1 λεπτό
Ο συντονιστής κλείνει την άσκηση γνωριμίας εξηγώντας ότι οι συμμετέχοντες έχουν ήδη αρχίσει να χτίζουν μικρά κομμάτια μιας αναγεννητικής πορείας μέσω του χιούμορ, της φαντασίας και της ανταλλαγής ιδεών. Αυτές οι ιδέες θα υποστηρίξουν την επόμενη δραστηριότητα, το Παιχνίδι της Αναγεννητικής Χήνας.	Ολομέλεια	Καμία	1 λεπτό



Δραστηριότητα 2: Το «ΑΝΑΓΕΝΝΗΤΙΚΟ ΠΑΙΧΝΙΔΙ ΤΗΣ ΧΗΝΑΣ» — Παίζοντας τη Διαδρομή

Οι συμμετέχοντες παίζουν το «Αναγεννητικό Παιχνίδι της Χήνας» (Regenerative Goose Game) για να επανεξετάσουν βασικές ιδέες από τις Ενότητες 1–7, να αναστοχαστούν σχετικά με τον προσωπικό και οργανωτικό μετασχηματισμό και να συλλέξουν ιδέες που θα χρησιμοποιηθούν αργότερα στην τελική δραστηριότητα, «Το Αναγεννητικό Μονοπάτι μου». Ο στόχος του παιχνιδιού δεν είναι να κερδίσει κανείς όσο το δυνατόν γρηγορότερα, αλλά να δημιουργηθούν χρήσιμες σκέψεις, διαπιστώσεις και πρακτικές ιδέες.

Μαθησιακοί στόχοι:

Μέχρι το τέλος αυτής της δραστηριότητας, οι συμμετέχοντες θα είναι σε θέση να:

- να ανακαλέσουν και να συνδέσουν βασικές έννοιες από τις Ενότητες 1–7, συμπεριλαμβανομένης της αναγεννητικής σκέψης, της συνειδητοποίησης των συστημάτων, της συνεργασίας, της ευημερίας, της κυκλικότητας, της οργανωτικής αλλαγής και της δράσης με προσανατολισμό στο μέλλον·
- να εφαρμόζουν αναγεννητικές αρχές σε συγκεκριμένες προσωπικές, επαγγελματικές και οργανωτικές καταστάσεις·
- να ενισχύσουν τις δεξιότητες επικοινωνίας, ακρόασης, συνεργασίας και αναστοχασμού μέσω της ομαδικής αλληλεπίδρασης που βασίζεται στο παιχνίδι·
- να εντοπίζουν σημαντικές ιδέες, προκλήσεις, αξίες και δεσμεύσεις που μπορούν να υποστηρίξουν την ανάπτυξη της δικής τους αναγεννητικής πορείας·
- να συνδέσουν την ατομική μάθηση με τη συλλογική μεταμόρφωση και την κοινή ευθύνη.

Διαδικασία και μέθοδοι:

Διαδικασία	Μορφή ομάδας	Υλικά	Χρόνος
Ο συντονιστής παρουσιάζει το παιχνίδι «Αναγεννητικό Παιχνίδι της Χήνας» ως την κύρια δραστηριότητα της ενότητας. Οι συμμετέχοντες ενημερώνονται ότι το παιχνίδι θα τους βοηθήσει να επανεξετάσουν τα βασικά θέματα των ενότητων 1–7 και να συλλέξουν ιδέες για την τελική προσωπική τους πορεία. Ο συντονιστής εξηγεί με σαφήνεια ότι ο στόχος δεν είναι μόνο να φτάσουν στον τελικό χώρο, αλλά να αναστοχαστούν, να συζητήσουν και να μάθουν ο ένας από τον άλλον, ενώ παράλληλα συγκεντρώνουν υλικό για την επόμενη δραστηριότητα.	Ομαδική συνεδρία	Πίνακας του παιχνιδιού «Regenerative Goose Game»· σημειώσεις συντονιστή· κανόνες παιχνιδιού	5 λεπτά
Οι συμμετέχοντες χωρίζονται σε μικρές ομάδες των 4–6 ατόμων. Κάθε ομάδα λαμβάνει ένα ταμπλό, ένα σετ καρτών, ένα ζάρι και ένα πιόνι ανά συμμετέχοντα. Οι συμμετέχοντες κάθονται γύρω από το ταμπλό και επιλέγουν τα πιόνια τους.	Ομαδική εργασία	Πίνακες παιχνιδιού, τράπουλες, ένα ζάρι ανά ομάδα, πιόνια	5 λεπτά
Ο συντονιστής εξηγεί τους κανόνες του παιχνιδιού. Οι παίκτες ρίχνουν το ζάρι με τη σειρά και μετακινούν το πιόνι τους πάνω στο ταμπλό. Όταν ένας συμμετέχων φτάσει σε ένα τετράγωνο, ακολουθεί την οδηγία που αναγράφεται στο ταμπλό ή τραβάει τη σχετική κάρτα. Οι κάρτες μπορεί να τους ζητούν να απαντήσουν σε μια ερώτηση, να ανταποκριθούν σε μια πρόκληση, να αναλογιστούν μια κατάσταση, να μοιραστούν ένα παράδειγμα ή να προτείνουν μια δράση. Ο συντονιστής υπενθυμίζει	Ομαδική συνεδρία / ομαδική εργασία	Έντυπο με τους κανόνες· ταμπλό· ζάρι· πιόνια· τράπουλες καρτών	5 λεπτά



στους συμμετέχοντες ότι ο σκοπός είναι να συγκεντρωθούν χρήσιμες ιδέες, όχι να ανταγωνιστούν.			
Οι συμμετέχοντες παίζουν το παιχνίδι στις ομάδες τους. Κάθε παίκτης ρίχνει το ζάρι, κινείται στο ταμπλό και ολοκληρώνει την εργασία που σχετίζεται με το τετράγωνο στο οποίο καταλήγει. Τα άλλα μέλη της ομάδας ακούν, κάνουν ερωτήσεις και μπορούν να προσθέσουν τις δικές τους σκέψεις. Ο συντονιστής κινείται μεταξύ των ομάδων για να υποστηρίξει τη διαδικασία, να διευκρινίσει τους κανόνες και να ενθαρρύνει μια ουσιαστική συζήτηση.	Ομαδική εργασία	Παιχνίδι «Αναγεννητικό Παιχνίδι της Χήνας» ταμπλό, ζάρι, πιόνια, πλήρης τράπουλα, χρονόμετρο	25 λεπτά
Όταν τελειώσει ο χρόνος του παιχνιδιού, κάθε συμμετέχων καταγράφει τουλάχιστον τρεις παρατηρήσεις, ιδέες, αξίες, προκλήσεις ή πιθανές δράσεις που προέκυψαν κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού.	Ατομική εργασία	Φύλλο εργασίας «Pathway Notes» ή λευκό χαρτί· στυλό	5 λεπτά
Ανασκόπηση: Κάθε ομάδα συζητά τις ακόλουθες ερωτήσεις: Ποια ήταν η πιο σημαντική διαπίστωση από το παιχνίδι; Ποια πρόκληση φάνηκε πιο σχετική με το δικό μας πλαίσιο; Ποια ιδέα θα μπορούσε να γίνει μέρος μιας αναγεννητικής πορείας; Κάθε συμμετέχων μοιράζεται ένα βασικό συμπέρασμα.	Ομαδική εργασία	Σημειώσεις των συμμετεχόντων· ταμπλό παιχνιδιού· κάρτες	8 λεπτά



Κάθε ομάδα μοιράζεται ένα βασικό συμπέρασμα με όλη την αίθουσα. Ο συντονιστής καταγράφει τα συμπεράσματα σε ένα flipchart ή σε έναν πίνακα και τα ομαδοποιεί σε κοινά θέματα. Στη συνέχεια, ο συντονιστής καθιστά σαφή τη μετάβαση: «Έχετε πλέον συλλέξει το υλικό για τη δική σας πορεία. Στην επόμενη δραστηριότητα, θα μετατρέψετε αυτές τις σκέψεις σε ένα συγκεκριμένο προσωπικό ή οργανωτικό σχέδιο δράσης.»	Ολομέλεια	Πίνακας παρουσιάσεων ή λευκός πίνακας· μαρκαδόροι	7 λεπτά
--	-----------	---	---------

WP 3 | Δραστηριότητα 2 | Ενότητα 8

Οδηγός για τον συντονιστή – Παιχνίδι «Regenerative Goose»

Σκοπός της δραστηριότητας

Το παιχνίδι μετατρέπει τις σκέψεις από τις Ενότητες 1–7 σε μια προσωπική Αναγεννητική Διαδρομή που είναι συγκεκριμένη και εφικτή.

Αριθμός συμμετεχόντων

Παίζεται σε ομάδες των 4–5 ατόμων. Κάθε συμμετέχων έχει το δικό του Φύλλο Διαδρομής, ενώ μοιράζονται το ταμπλό, το ζάρι και τις κάρτες.

Προτεινόμενη διάρκεια

55 λεπτά συνολικά: 5 λεπτά για την εισαγωγή, 35 λεπτά για το παιχνίδι, 10 λεπτά για τη συμπλήρωση του φύλλου και 5 λεπτά για την τελική ανταλλαγή απόψεων. Σημείωση: μπορείτε να προσαρμόσετε τη διάρκεια ανάλογα.

Απαιτούμενα υλικά

1 εκτυπωμένο ταμπλό ανά τραπέζι, 1 ζάρι, 1 σετ καρτών, 1 μάρκας ανά παίκτη, 1 φύλλο πορείας ανά συμμετέχοντα και στυλό.

Βασικός κανόνας

Ο στόχος δεν είναι να φτάσετε πρώτοι, αλλά να ολοκληρώσετε μια συγκεκριμένη διαδρομή. Κάθε σύντομη προφορική απάντηση πρέπει επίσης να καταγράφεται στο προσωπικό φύλλο.

Οδηγίες για τον συντονιστή

Διατηρήστε τον ρυθμό της συζήτησης. Όταν οι απαντήσεις γίνονται αφηρημένες, ρωτήστε: Τι συμβαίνει τώρα; Τι ακριβώς θα αλλάζατε; Ποιο είναι το πρώτο βήμα; Ποιον πρέπει να εμπλέξετε;

Κλείσιμο

Προσκαλέστε κάθε συμμετέχοντα να διατυπώσει μια τελική πρόταση: «Στο δικό μου πλαίσιο, θέλω να βελτιώσω _____ αλλάζοντας _____, ξεκινώντας με _____.»

Κανόνες παιχνιδιού

Ρίξτε τα ζάρια και μετακινήστε το πιόνι σας.

Διαβάστε τις οδηγίες στο τετράγωνο ή τραβήξτε την απαιτούμενη κάρτα.

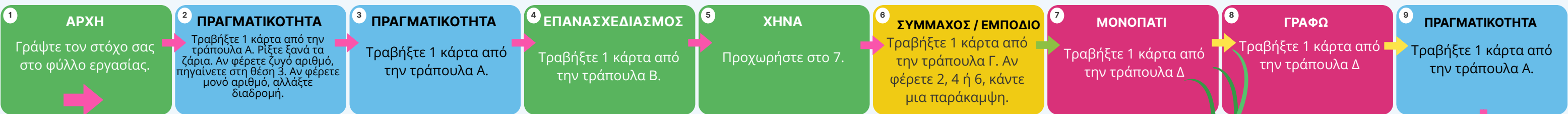
Απαντήστε δυνατά, σύντομα και καθαρά.

Γράψτε τη χρήσιμη απάντηση στο Φύλλο Πορείας σας.

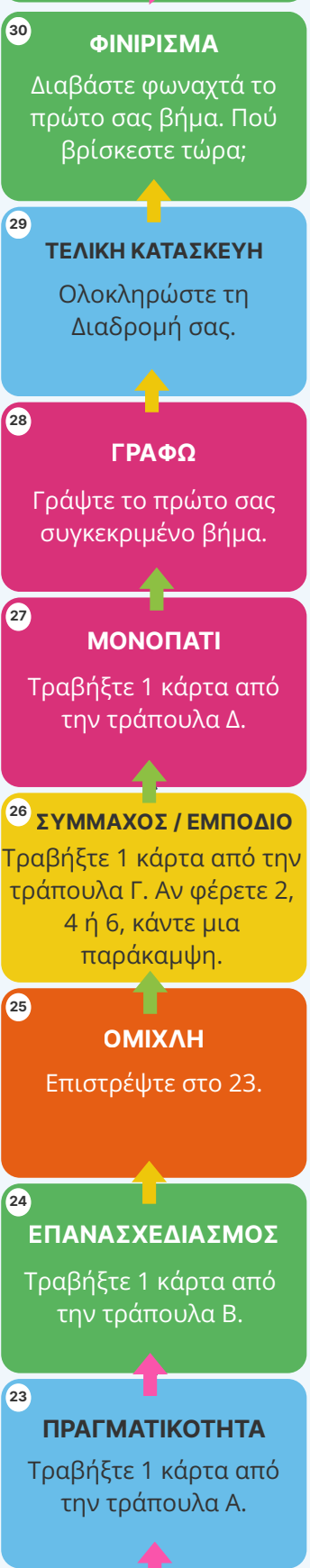
Αν προσγειωθείτε σε θέση «Goose», προχωρήστε σύμφωνα με τις οδηγίες.

Αν σταματήσετε σε θέση «Εμπόδιο», εφαρμόστε το αποτέλεσμα που εμφανίζεται.

Όταν τελειώσει ο χρόνος, όλοι συμπληρώνουν την τελευταία πρόταση της διαδρομής τους.



ΑΝΑΓΕΝΝΗΤΙΚΟ ΠΑΙΧΝΙΔΙ ΤΗΣ ΧΗΝΑΣ



ΟΜΙΧΛΗ
Περιμένετε έναν γύρο.
Στη συνέχεια, πηγαίνετε στην επόμενη λίμνη.



Περιμένετε άλλον έναν γύρο

Επιλέξτε την τράπουλα από την οποία θα τραβήξετε την κάρτα. Επιλέξτε επίσης έναν άλλο παίκτη για να παίξει την κάρτα. Στη συνέχεια, πηγαίνετε στο 28.



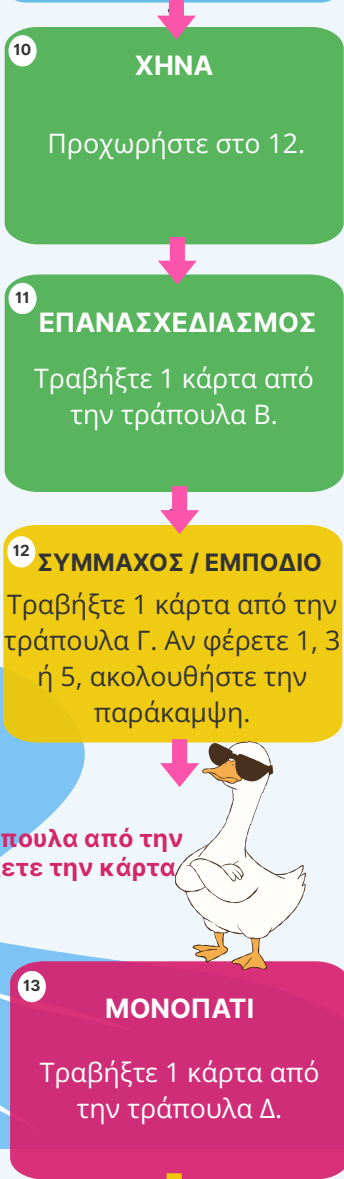
ΠΩΣ ΝΑ ΠΑΙΞΕΤΕ

ΡΙΞΤΕ ΤΑ ΖΑΡΙΑ ΚΑΙ ΑΚΟΛΟΥΘΗΣΤΕ ΤΗ ΔΙΑΔΡΟΜΗ ΑΠΟ ΤΗΝ ΕΝΑΡΞΗ (1) ΕΩΣ ΤΟ ΤΕΛΟΣ (30).

ΤΑ ΠΛΑΚΙΔΙΑ ΧΗΝΑΣ ΣΑΣ ΕΠΙΤΡΕΠΟΥΝ ΝΑ ΠΡΟΧΩΡΗΣΤΕ.

Τα πλακίδια ΕΜΠΟΔΙΩΝ σας στέλνουν πίσω ή σας κάνουν να χάσετε τη σειρά σας. Σκεφτείτε, συζητήστε και σχεδιάστε την αναγεννητική σας διαδρομή!

ΛΙΜΝΟΥΛΑ
Παίξτε ψαλίδι, πέτρα και χαρτί με έναν τυχαίο παίκτη. Αν χάσετε, αλλάζετε θέσεις και περιμένετε έναν γύρο. Αν κερδίσετε, πηγαίνετε στη θέση 10.



επιλέξτε την τράπουλα από την οποία θα τραβήξετε την κάρτα



ΣΚΟΠΟΣ ΤΗΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑΣ
Το παιχνίδι μετατρέπει τις σκέψεις από το Fit for the Future σε μια ατομική **Αναγεννητική Πορεία, συγκεκριμένη και εφικτή.**

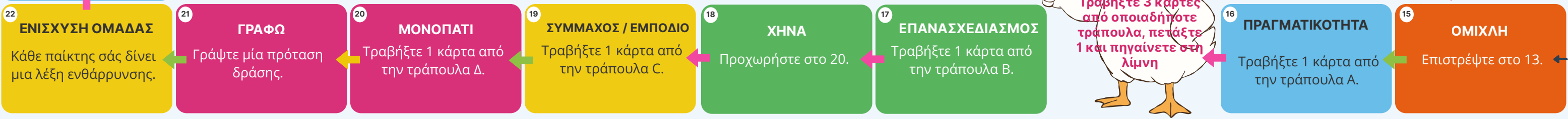
ΜΗΝ ΞΕΧΝΑΤΕ!
Απαντήστε με τον πιο συγκεκριμένο τρόπο δυνατό!

ΒΑΣΙΚΟΣ ΚΑΝΟΝΑΣ
Ο στόχος δεν είναι να φτάσει κανείς πρώτος, αλλά να ολοκληρώσει μια συγκεκριμένη διαδρομή. Κάθε σύντομη προφορική απάντηση θα πρέπει επίσης να γράφεται στο προσωπικό αναγεννητικό φύλλο.

ΑΡΙΘΜΟΣ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΩΝ
Παίξτε σε ομάδες των 4-5 ατόμων. Κάθε συμμετέχων έχει το δικό του Φύλλο Διαδρομής, ενώ μοιράζεται το ταμπλό, τα ζάρια και τις κάρτες.

ΚΛΕΙΔΙ ΧΡΩΜΑΤΩΝ

- Τράπουλα Α: Έλεγχος Πραγματικότητας
- Τράπουλα Β: Εργαστήριο Επανασχεδιασμού
- Τράπουλα Γ: Σύμμαχοι & Εμπόδια
- Τράπουλα Δ: Κατασκευαστής Μονοπατιών
- ΟΜΙΧΛΗ / Εμπόδιο



Τραβήξτε 3 κάρτες από οποιαδήποτε τράπουλα, πετάξτε 1 και πηγαίνετε στη λίμνη

A-1

Στην πράξη

Ονομάστε μια ρουτίνα, χειρονομία ή πρακτική στο πλαίσιό σας που ήδη υποστηρίζει την εμπιστοσύνη, τη σαφήνεια ή την ένταξη.



A-2

Στην πράξη

Εντοπίστε μία στιγμή στην καθημερινή εργασία όπου οι άνθρωποι αισθάνονται αποκλεισμένοι, υπερφορτωμένοι ή ότι δεν ακούγονται πραγματικά.



A-3

Στην πράξη

Για ποια αξία μιλάει πιο συχνά ο οργανισμός σας; Πού δεν είναι ακόμη ορατή στην καθημερινή πρακτική;



A-4

Στην πράξη

Ποια συνήθεια διαχείρισης ή συντονισμού θεωρείται δεδομένη, αλλά πραγματικά χρειάζεται να επανεξεταστεί;



A-5

Στην πράξη

Ποιο μέρος της καθημερινής δουλειάς δίνει στους ανθρώπους ενέργεια; Ποιο μέρος την εξαντλεί άσκοπα;



A-6

Στην πράξη

Πώς λαμβάνονται συνήθως οι αποφάσεις στο πλαίσιό σας; Ποιος τείνει να μένει εκτός της διαδικασίας;



A-7

Στην πράξη

Ποιο είναι ένα πράγμα που η ομάδα ή ο οργανισμός σας κάνει ήδη καλά και θα πρέπει να προστατεύσει σκόπιμα;



A-8

Στην πράξη

Ποια αξία αναφέρεται συχνά αλλά δεν είναι ακόμη σαφώς ορατή στην καθημερινή πρακτική;



B-1

Εργαστήριο Βελτίωσης

Διάλεξε μία καθημερινή πρακτική για βελτίωση. Τι θα έπρεπε να γίνει διαφορετικά;



B-2

Εργαστήριο Βελτίωσης

Ποια είναι μια συγκεκριμένη δράση που θα μπορούσατε να αναλάβετε μέσα στις επόμενες δύο εβδομάδες;



B-3

Εργαστήριο Βελτίωσης

Πώς μπορείτε να κάνετε την πρότασή σας μικρότερη, πιο σαφή και πιο εφαρμόσιμη;



B-4

Εργαστήριο Βελτίωσης

Ποια μεμονωμένη αλλαγή θα έκανε τις συναντήσεις πιο χρήσιμες, δίκαιες ή συμμετοχικές;



B-5

Εργαστήριο Βελτίωσης

Ποια τακτική στιγμή ανατροφοδότησης ή αναστοχασμού θα μπορούσατε να εισαγάγετε;



B-6

Εργαστήριο Βελτίωσης

Πώς μπορείτε να βεβαιωθείτε ότι η αλλαγή δεν εξαρτάται μόνο από εσάς;



B-7

Εργαστήριο Βελτίωσης

Ποια αλλαγή θα μπορούσε να μειώσει την περιττή υπερφόρτωση στην καθημερινή εργασία;



B-8

Εργαστήριο Βελτίωσης

Ποια επαναλαμβανόμενη εξάσκηση θα μπορούσε να βοηθήσει να μετατραπεί αυτή η ιδέα σε συνήθεια;



C-1

Υποστήριξη & Εμπόδια

Ποιος θα μπορούσε να υποστηρίξει την ιδέα σας από την αρχή;



C-2

Υποστήριξη & Εμπόδια

Ποιο εμπόδιο θα μπορούσε να επιβραδύνει ή να μπλοκάρει αυτή την αλλαγή;



C-3

Υποστήριξη & Εμπόδια

Ποια υπάρχουσα πολιτική, ρουτίνα, σχέση ή πρακτική θα μπορούσε να σας βοηθήσει να προωθήσετε αυτήν την ιδέα;



C-4

Υποστήριξη & Εμπόδια

Αν κάποιος έλεγε «Αυτή η αλλαγή δεν είναι απαραίτητη», πώς θα απαντούσατε;



C-5

Υποστήριξη & Εμπόδια

Ποιος πόρος, άδεια, χρόνος ή χώρος θα σας βοηθούσε να ξεκινήσετε καλά;



C-6

Υποστήριξη & Εμπόδια

Ποιος είναι ο κύριος κίνδυνος αν δεν αλλάξει τίποτα;



C-7

Υποστήριξη & Εμπόδια

Ποια δύναμη, πόρο ή δεξιότητα έχετε ήδη που μπορεί να σας βοηθήσει να ηγηθείτε σε αυτό το βήμα;



C-8

Υποστήριξη & Εμπόδια

Ποιο συγκεκριμένο σημάδι θα δείξει ότι οι άνθρωποι αρχίζουν να εμπλέκονται στην αλλαγή;



Δ-1

Ανταλλαγή Απόψεων
στην Ομάδα

Μοιραστείτε την ιδέα σας
με έναν άλλο παίκτη και
ζητήστε μια πρακτική
πρόταση.



Δ-2

Ανταλλαγή Απόψεων
στην Ομάδα

Ρωτήστε έναν άλλο παίκτη
που μπορεί να αποκλειστεί
ή να παραβλεφθεί στην
πρότασή σας.



Δ-3

Ανταλλαγή Απόψεων
στην Ομάδα

Ανταλλάξτε εμπόδια με
έναν άλλο παίκτη και ο
καθένας προτείνει μία
απάντηση στην πρόκληση
του άλλου ατόμου.



Δ-4

Ανταλλαγή Απόψεων
στην Ομάδα

Εξηγήστε το πρώτο σας
βήμα σε μία πρόταση. Εάν
δεν είναι σαφές,
ξαναγράψτε το.



Δ-5

Ανταλλαγή Απόψεων
στην Ομάδα

Ρώτα έναν άλλο παίκτη
ποιο μέρος του σχεδίου
σου ακούγεται πιο δυνατό.



Δ-6

Ανταλλαγή Απόψεων
στην Ομάδα

Προσκαλέστε έναν άλλο
παίκτη να αμφισβητήσει
μια υπόθεση στο σχέδιό
σας.



Δ-7

Ανταλλαγή Απόψεων
στην Ομάδα

Εξηγήστε την αλλαγή σας
σε μία πρόταση και
ρωτήστε έναν άλλο παίκτη
αν σας φαίνεται
ρεαλιστική.



Δ-8

Ανταλλαγή Απόψεων
στην Ομάδα

Ρωτήστε έναν άλλο παίκτη
ποιο ενδιαφερόμενο μέρος
μπορεί να έχετε
παραβλέψει.





A-9

Στην πράξη

Ποιος άτυπος κανόνας διαμορφώνει τον τρόπο με τον οποίο συμπεριφέρονται οι άνθρωποι στο πλαίσió σας; Υποστηρίζει ή περιορίζει την εμπιστοσύνη;



A-10

Στην πράξη

Πού διστάζουν συνήθως οι άνθρωποι να μιλήσουν ειλικρινά; Τι δυσκολεύει αυτό το θέμα;



A-11

Στην πράξη

Ποια ομάδα, φωνή ή οπτική γωνία λείπει συχνά όταν γίνονται σχέδια;



A-12

Στην πράξη

Ποια καθημερινή πρακτική δημιουργεί περιττή πίεση, σύγχυση ή επανάληψη;



A-13

Στην πράξη

Πότε λειτουργεί καλά η συνεργασία στο δικό σας πλαίσιο; Τι την καθιστά δυνατή;



A-14

Στην πράξη

Ποιο είναι ένα σημάδι ότι οι άνθρωποι αισθάνονται ασφαλείς, σεβαστοί ή ότι τους έχετε συμπεριλάβει στην ομάδα ή τον οργανισμό σας;



A-15

Στην πράξη

Ποια απόφαση ή διαδικασία φαίνεται πολύ μακριά από τους ανθρώπους που επηρεάζονται από αυτήν;



A-16

Στην πράξη

Ποια είναι μια μικρή συμπεριφορά που επηρεάζει το κίνητρο, ακόμα κι αν θεωρείται φυσιολογική;



B-9

Εργαστήριο Βελτίωσης

Επιλέξτε μια ρουτίνα που θα μπορούσε να γίνει πιο συμπεριληπτική. Ποια μικρή αλλαγή θα τη βελτίωνε;



B-10

Εργαστήριο Βελτίωσης

Πώς θα μπορούσατε να δημιουργήσετε περισσότερο χώρο για ακρόαση πριν ληφθεί μια απόφαση;



B-11

Εργαστήριο Βελτίωσης

Τι θα μπορούσε να απλοποιηθεί ώστε οι άνθρωποι να έχουν περισσότερη ενέργεια για ουσιαστική εργασία;



B-12

Εργαστήριο Βελτίωσης

Ποιος είναι ένας τρόπος για να γίνουν οι ευθύνες πιο σαφείς χωρίς να αυξηθεί ο έλεγχος;



B-13

Εργαστήριο Βελτίωσης

Πώς θα μπορούσε να επανασχεδιαστεί μια επαναλαμβανόμενη συνάντηση ώστε να παράγει περισσότερη μάθηση, όχι μόνο ενημερώσεις;



B-14

Εργαστήριο Βελτίωσης

Ποιο μικρό πείραμα θα μπορούσατε να δοκιμάσετε για δύο εβδομάδες πριν κάνετε μια μεγαλύτερη αλλαγή;



B-15

Εργαστήριο Βελτίωσης

Πώς θα μπορούσατε να κάνετε την πρόοδο ορατή χωρίς να τη μετατρέψετε σε πίεση ή ανταγωνισμό;



B-16

Εργαστήριο Βελτίωσης

Ποια πρακτική θα μπορούσε να βοηθήσει τους ανθρώπους να σταματήσουν, να σκεφτούν και να προσαρμοστούν πριν μεγαλώσουν τα προβλήματα;



C-9

Υποστήριξη & Εμπόδια

Ποιος πρέπει να κατανοήσει τον σκοπό της αλλαγής σας για να γίνει αποδεκτή;



C-10

Υποστήριξη & Εμπόδια

Τι φόβο ή ανησυχία μπορεί να έχουν οι άνθρωποι σχετικά με αυτή την αλλαγή;



C-11

Υποστήριξη & Εμπόδια

Τι θα μπορούσε να δυσκολέψει τη διατήρηση της ιδέας σας με την πάροδο του χρόνου;



C-12

Υποστήριξη & Εμπόδια

Ποιο υπάρχον δυνατό σημείο στην ομάδα σας θα μπορούσε να σας βοηθήσει να προχωρήσετε;



C-13

Υποστήριξη & Εμπόδια

Τι είδους υποστήριξη θα έκανε το πρώτο σας βήμα πιο εύκολο να ξεκινήσετε;



C-14

Υποστήριξη & Εμπόδια

Ποιος μπορεί να επηρεαστεί από την ιδέα σας αλλά να μην εμπλακεί άμεσα στον σχεδιασμό της;



C-15

Υποστήριξη & Εμπόδια

Τι θα μπορούσατε να κάνετε αν η πρώτη προσπάθεια δεν είχε τα αναμενόμενα αποτελέσματα;



C-16

Υποστήριξη & Εμπόδια

Ποιο σημάδι θα έδειχνε ότι αυτή η αλλαγή γίνεται μέρος της καθημερινής πρακτικής;



Δ-9

Ανταλλαγή Απόψεων
στην Ομάδα

Μοιραστείτε ένα μέρος της ιδέας σας που εξακολουθεί να σας φαίνεται αβέβαιο και ζητήστε τη συμβουλή ενός άλλου παίκτη.



Δ-10

Ανταλλαγή Απόψεων
στην Ομάδα

Ρώτα έναν άλλο παίκτη τι θα μπορούσε να κάνει το πρώτο σου βήμα πιο κατανοητό.



Δ-11

Ανταλλαγή Απόψεων
στην Ομάδα

Εξηγήστε ποιος ωφελείται από την ιδέα σας και ρωτήστε έναν άλλο παίκτη ποιος άλλος θα πρέπει να ληφθεί υπόψη.



Δ-12

Ανταλλαγή Απόψεων
στην Ομάδα

Μοιραστείτε ένα πιθανό εμπόδιο και ζητήστε από έναν άλλο παίκτη να προτείνει μια ρεαλιστική απάντηση.



Δ-13

Ανταλλαγή Απόψεων
στην Ομάδα

Ρωτήστε έναν άλλο παίκτη αν η ιδέα σας φαίνεται πολύ μεγάλη, πολύ μικρή ή αρκετά συγκεκριμένη.



Δ-14

Ανταλλαγή Απόψεων
στην Ομάδα

Εξηγήστε την ιδέα σας χωρίς να χρησιμοποιήσετε γενικές έννοιες. Εάν χρειάζεται, ξαναγράψτε την πιο απλά.



D-15

Ανταλλαγή Απόψεων
στην Ομάδα

Ρώτα έναν άλλο παίκτη ποιος πόρος, άτομο ή στιγμή θα μπορούσε να σε βοηθήσει να ξεκινήσεις.



D-16

Ανταλλαγή Απόψεων
στην Ομάδα

Μοιραστείτε την τελική σας πρόταση δέσμευσης και ζητήστε από έναν άλλο παίκτη να την κάνει πιο συγκεκριμένη.



Δραστηριότητα 3: Η αναγεννητική μου πορεία

Σε αυτή την τελική δραστηριότητα, οι συμμετέχοντες χρησιμοποιούν τις γνώσεις που συγκέντρωσαν κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού «Αναγεννητικό Παιχνίδι της Χήνας», μαζί με τις σκέψεις τους από τις Ενότητες 1–7, για να αναπτύξουν τη δική τους πρακτική αναγεννητική πορεία. Αυτή η δραστηριότητα αποτελεί την τελική εφαρμογή και το αναστοχαστικό κλείσιμο ολόκληρης της εκπαιδευτικής ενότητας.

Μαθησιακοί στόχοι:

Μέχρι το τέλος αυτής της δραστηριότητας, οι συμμετέχοντες θα είναι σε θέση να:

- να προσδιορίσουν μία ή περισσότερες συγκεκριμένες προτεραιότητες για αναγεννητική αλλαγή στο δικό τους επαγγελματικό ή οργανωτικό πλαίσιο·
- να μετατρέψουν τις σκέψεις και τις ιδέες τους σε μια ρεαλιστική και δομημένη πορεία δράσης·
- να καθορίσουν τα πρώτα πρακτικά βήματα, τους πιθανούς συμμάχους και τις απαραίτητες προϋποθέσεις για την υλοποίηση·
- να συνδέσουν την προσωπική μάθηση με την καθημερινή οργανωτική πρακτική·
- να διατυπώσουν μια τελική δέσμευση που θα μπορεί να καθοδηγήσει τη μελλοντική δράση μετά την εκπαίδευση

Διαδικασία και μέθοδοι:

Διαδικασία	Μορφή ομάδας	Υλικά	Χρόνος
Ο συντονιστής παρουσιάζει την τελική δραστηριότητα εξηγώντας ότι οι συμμετέχοντες θα μετατρέψουν τώρα τις ιδέες που προέκυψαν κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού σε ένα προσωπικό ή επαγγελματικό σχέδιο δράσης. Ο συντονιστής τονίζει ότι δεν πρόκειται για τη δημιουργία μιας τέλει μακροπρόθεσμης στρατηγικής, αλλά για τον προσδιορισμό ρεαλιστικών και ουσιαστικών επόμενων βημάτων.	Ομαδική συνεδρία	Σημειώσεις συντονιστή· πίνακας με τις ιδέες που συγκεντρώθηκαν (προαιρετικά)	5 λεπτά



Ο συντονιστής μοιράζει το Φύλλο “Η αναγεννητική μου πορεία” και εξηγεί τη δομή του. Οι συμμετέχοντες καλούνται να χρησιμοποιήσουν τις σημειώσεις τους από το Παιχνίδι της Χήνας και από προηγούμενες ενότητες. Το φύλλο μπορεί να περιλαμβάνει ενότητες όπως: Τι θέλω να ενισχύσω; Τι πρέπει να αλλάξει; Ποιο είναι το πρώτο μου ρεαλιστικό βήμα; Ποιος πρέπει να εμπλακεί; Ποια υποστήριξη χρειάζεται; Πώς θα ξέρω ότι σημειώνεται πρόοδος;	Ολομέλεια	Φύλλο «ΑΗ αναγεννητική μου πορεία»· στυλό	5 λεπτά
Οι συμμετέχοντες εργάζονται ατομικά πάνω στη διαδρομή τους. Εξετάζουν τις σημειώσεις τους, προσδιορίζουν τις προτεραιότητές τους και συμπληρώνουν το φύλλο «Η αναγεννητική μου πορεία» βήμα προς βήμα.	Ατομική εργασία	Φύλλο «Αναγεννητική Διαδρομή»· προσωπικές σημειώσεις· στυλό	15 λεπτά
Οι συμμετέχοντες σχηματίζουν ζευγάρια και παρουσιάζουν εν συντομία το προσχέδιο της πορείας τους στον συνεργάτη τους. Ο συνεργάτης απαντά με 2–3 καθοδηγητικές ερωτήσεις, όπως: Ποιο μέρος είναι ήδη συγκεκριμένο; Τι είναι ακόμα πολύ γενικό; Ποιο θα μπορούσε να είναι το μικρότερο δυνατό πρώτο βήμα;	Ομαδική εργασία	Ολοκληρωμένο προσχέδιο πορείας· στυλό	7 λεπτά
Οι συμμετέχοντες επιστρέφουν στην ατομική εργασία και αναθεωρούν ή ολοκληρώνουν το σχέδιό τους με βάση την ανταλλαγή απόψεων. Στη συνέχεια, γράφουν μια τελική πρόταση δέσμευσης, για παράδειγμα: «Στο πλαίσιο μου, θέλω να βελτιώσω _____ αλλάζοντας _____, ξεκινώντας με _____.»	Ατομική εργασία	Φύλλο αναγεννητικής πορείας· στυλό	5 λεπτά



Τελική ανασκόπηση: Ο συντονιστής καλεί μερικούς εθελοντές να μοιραστούν μια συγκεκριμένη δράση ή δέσμευση από το δικό τους μονοπάτι. Ο συντονιστής κλείνει την ενότητα τονίζοντας ότι η αναγεννητική αλλαγή αναπτύσσεται μέσω ρεαλιστικών, κοινών και επαναλαμβανόμενων δράσεων στην καθημερινή πρακτική.	Ομαδική συνεδρία	Καμία	3 λεπτά
--	------------------	-------	---------

Φύλλο εργασίας – Η αναγεννητική μου πορεία

Συμπληρώστε αυτό το φύλλο κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού. Χρησιμοποιήστε απλές λέξεις και συγκεκριμένες ενέργειες.

1. Τομέας που θέλω να βελτιώσω

2. Καθημερινή πρακτική που θέλω να αλλάξω

3. Γιατί είναι σημαντικό

4. Πρώτο συγκεκριμένο βήμα (εντός 2 εβδομάδων)

5. Άτομα που πρέπει να εμπλακούν

6. Πιθανά εμπόδια

7. Χρήσιμη υποστήριξη ή πόρος

8. Σημάδι προόδου

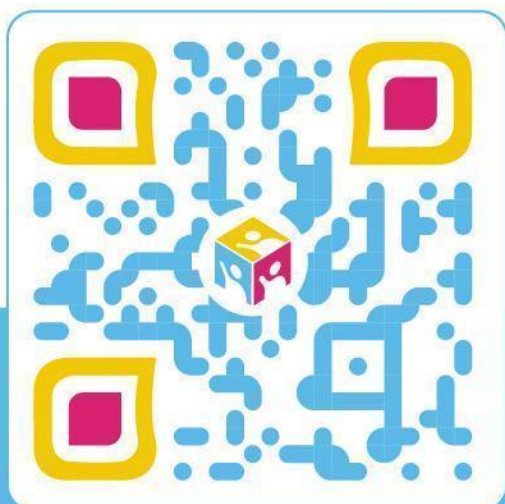
9. Η τελική δήλωση δέσμευσής μου

Στο πλαίσιο μου, θέλω να βελτιώσω το _____ αλλάζοντας το _____,
ξεκινώντας από το _____.



FITFORTHE
FUTURE

Scan for more



fit4thefuture.eu



Co-funded by
the European Union



Funded by the European Union. The views and opinions expressed are those of the author(s) and do not necessarily reflect those of the European Union or of Agence Erasmus+ France / Education Formation. Neither the European Union nor the granting authority can be held responsible for this.