

<b>TECNICA DI FACILITAZIONE</b>	<b>Attività di team building a 9 dimensioni</b>
<b>SCOPO PRINCIPALE / OBIETTIVO</b>	#fiducia #teambuilding #team #apertura del gruppo #fornire feedback
<b>FASE</b>	#rompighiaccio #fare conoscenza #apertura
<b>ABILITÀ / CONTENUTO</b>	#introspezione #auto-riflessione
<b>TEMPO</b>	#>30 #>60
<b>DIMENSIONE DEL GRUPPO</b>	#1-5 #6-15 #16-30 #<30
<b>LIVELLO DI FACILITAZIONE</b>	Principiante
<b>ZONA DI COMFORT</b>	Sicuro

## Introduzione

9 Dimensions è una potente attività progettata per costruire relazioni e fiducia tra i membri del team. Ci sono 2 varianti di questo rompighiaccio. La prima versione è per le squadre che vogliono conoscersi meglio. La seconda versione è per le squadre che vogliono esplorare come stanno lavorando insieme come una squadra.

La bellezza di questa attività è che le persone possono scegliere quanto vogliono rivelare. Indipendentemente da quanto sia aperto ogni partecipante, la squadra imparerà di più l'uno dell'altro e/o come sta andando la squadra. Inoltre, questo è totalmente flessibile perché è possibile cambiare le 9 dimensioni per lavorare per il vostro gruppo specifico.

I membri della squadra valutano individualmente 9 dimensioni della loro vita usando adesivi colorati, poi ne segnalano 2.

## Strumenti necessari (cosa vi serve)

- Una copia del foglio di lavoro delle 9 dimensioni per ogni partecipante, se lo preparate per loro
- Se volete che i partecipanti preparino questo foglio di lavoro da soli, informateli prima della sessione per farlo (controllate i suggerimenti e i trucchi qui sotto)

### Le mie 9 dimensioni

Pensa ad ogni dimensione della tua vita. Metti un punto del colore pertinente in ogni casella che rappresenta il punto in cui ti trovi in questo momento	AVVENTURA	SALUTE	CARRIERA/LAVORO
	IL MIO AMBIENTE	COMUNITÀ	FAMIGLIA E AMICI
	CRESCITA PERSONALE	SPIRITUALITÀ	SBOCCHI CREATIVI

## Passaggi

### Opzione #1 - Le mie 9 dimensioni personali

Scopo: Costruire relazioni valutando e condividendo aree di vita significative.

1. Date ad ogni partecipante una copia del foglio di lavoro Le mie 9 dimensioni personali e un foglio di adesivi con punti (con punti rossi, verdi, gialli e blu). Le 9 dimensioni per questa variazione possono essere: Avventura, Carriera / Professione, Servizio alla comunità, Sboocchi creativi, Il mio ambiente, Famiglia e amici, Salute e fitness, Crescita personale, Spiritualità.
2. Istruite i partecipanti a valutare il loro stato attuale per ogni dimensione della griglia. I partecipanti dovrebbero mettere un punto colorato (usando la chiave sottostante) su ciascuna delle 9 dimensioni. Date loro solo due minuti senza il tempo di pensarci troppo. Dite loro: "Seguite le vostre sensazioni".
  - Punto verde = lo sto schiacciando!
  - Punto Giallo = Ho bisogno di lavorare un po' su questo.
  - Punto rosso = Devo lavorare molto su questo!
  - Punto blu = Questo non è una priorità in questo momento.
3. Chiedete ai partecipanti di condividere una dimensione in cui hanno messo un punto verde e una in cui hanno messo un punto giallo o rosso. Date ad ogni persona 2 minuti per condividere (permettete loro di rivelare al loro livello di comfort).
4. Domande opzionali di debrief sotto (5 minuti di debrief possono essere sufficienti).
  - Cosa avete imparato l'uno dell'altro (o della nostra squadra)?
  - Come possiamo sostenerci a vicenda per migliorare le nostre aree rosse e gialle?

### Opzione #2 - Le 9 dimensioni della mia squadra

Scopo: Costruire relazioni valutando e condividendo le prospettive di come la squadra sta facendo in aree significative.

1. Date ad ogni partecipante una copia del foglio di lavoro My Team's 9 Dimensions e un foglio di adesivi con punti (con punti rossi, verdi, gialli e blu). Le 9 dimensioni per questa variazione sono: Comunicazione, Atteggiamento, Fiducia, Chiarezza dei ruoli,

- Allineamento sui processi, Responsabilità, Relazioni di sostegno, Rispetto delle scadenze, Qualità del lavoro.
2. Istruite i partecipanti a valutare la loro percezione dello stato attuale della squadra per ogni dimensione della griglia. I partecipanti dovrebbero mettere un punto colorato (usando la chiave sottostante) su ciascuna delle 9 dimensioni. Date loro solo due minuti senza il tempo di pensarci troppo. Dite loro: "Seguite le vostre sensazioni".
    - Punto verde = Lo stiamo distruggendo!
    - Punto Giallo = Dobbiamo lavorare un po' su questo.
    - Punto rosso = Dobbiamo lavorare molto su questo!
    - Punto blu = Questo non è una priorità in questo momento.
  3. Chiedete ai partecipanti di condividere una dimensione in cui hanno messo un punto verde e una in cui hanno messo un punto giallo o rosso. Date ad ogni persona 2 minuti per condividere (permettete loro di rivelare al loro livello di comfort).
  4. Domande opzionali per il debrief sotto (10-30 minuti di debrief).
    - Dove siamo tutti d'accordo sulla nostra squadra?
    - In quali dimensioni abbiamo la maggiore variazione nelle nostre prospettive?
    - Quale area(i) gialla e/o rossa vogliamo migliorare di più?
    - Cosa possiamo fare per migliorare le nostre aree gialle e/o rosse?

## Suggerimenti e trucchi

- Ti consigliamo di creare la tua tabella di 9 dimensioni in Google Suite o Excel e di condividerla con i tuoi destinatari. Possono compilare la loro tabella sul proprio computer in privato.
- In alternativa, fai in modo che ognuno crei la sua tabella 3 x 3 nello strumento di sua scelta durante la riunione. Possono anche disegnare a mano la loro tabella se vogliono! Ricorda che i destinatari condividono le loro voci verbalmente e non condividono le tabelle stesse - quindi la forma della tabella non è troppo importante.
- Informate i vostri partecipanti e invitate ogni persona a colorare ogni sezione della loro tabella con il colore corrispondente. Possono evidenziare, inserire un punto o semplicemente cambiare il colore del testo!
- Quando si facilita una discussione di gruppo, si raccomanda che i partecipanti usino mezzi non verbali per indicare che vogliono parlare. È possibile utilizzare strumenti come gli strumenti di feedback non verbale di Zoom, un emoji di reazione, o semplicemente chiedere alle persone di alzare la mano. Il facilitatore può quindi invitare quella persona a parlare.

## Fonte

<https://better-teams.com>

