

TECNICA DI FACILITAZIONE	Lettera a me stesso
SCOPO PRINCIPALE / OBIETTIVO	#definire le intenzioni #prospettiva #vision #decision making
FASE	#azione #chiusura
ABILITÀ / CONTENUTO	#introspezione #auto-riflessione #valutazione
PERIODO DI TEMPO IN MINUTI	#<15 #<30 #<60
DIMENSIONE DEL GRUPPO IN PERSONE	#1-5 #6-15 #16-30
LIVELLO DI FACILITAZIONE	Principiante
ZONA COMFORT	Sicuro

Introduzione

Spesso fatto alla fine di un workshop o di un programma, lo scopo di questo esercizio è di sostenere i partecipanti nell'applicare le loro intuizioni e apprendimenti, scrivendo una lettera e inviandola al loro sé futuro. Possono definire le azioni chiave che vorrebbero che il loro sé futuro prendesse, ed esprimere le loro ragioni per cui il cambiamento deve avvenire.

Strumenti necessari (ciò di cui avete bisogno)

- Scegliete uno strumento di lavagna online che permetta di utilizzare una tela grande e capace di zoomare.
- Usa uno strumento di videoconferenza di tua scelta.
- Ogni partecipante ha bisogno di: penna, carta, pennarello, busta.

Passaggi

1. Controllare con i partecipanti se hanno preparato l'attrezzatura necessaria. Spiegate che stanno per scrivere una lettera a loro stessi in futuro, e che questo li aiuterà ad applicare le loro intuizioni e apprendimenti dal workshop/programma. Dite loro che dovrebbero aprire la lettera tra X mesi, e che dovrebbero tenerne conto quando la scrivono. Potete definire l'arco di tempo con il gruppo.

Note per il facilitatore: *Questo esercizio può essere aperto o chiuso come pensate sia appropriato. Potreste limitarli a tre azioni puntuali a cui devono dare seguito.*

Oppure potete dare loro la libertà di scrivere qualsiasi cosa vogliano. Giudicate i bisogni del gruppo e lo scopo della sessione.

2. Scrivete una domanda di focalizzazione e condividetela. Queste possono essere definite da voi o attraverso la discussione con il gruppo. Per esempio:
 - *Cosa otterrò entro la data X?*
 - *Cosa farò domani, la prossima settimana, il prossimo mese?*
 - *Come mi sento ora nel mio lavoro/lavoro/squadra? E come voglio che si senta il mio io futuro?*
 - *Non dimenticare...*
 - *Voglio cambiare... perché...*

Dai loro circa 10 minuti per completare le loro carte/lettere. Di più se hanno bisogno di tempo e tu sei flessibile.

3. Chiedete ai partecipanti di prendere nota nel loro calendario di aprire la lettera il giorno concordato.

Suggerimenti e trucchi

- Puoi semplicemente usare vari software o strumenti online per scrivere le lettere.

Fonte

<http://toolbox.hyperisland.com>