

TÉCNICA DE FACILITAÇÃO	9 Dimensões: Atividade de Construção de Equipas
PROPÓSITO / FOCO CENTRAL	#confiança #construção de equipa #equipa #abertura do grupo #feedback
FASE	#quebra-gelo #apresentação #abertura
COMPETÊNCIA / CONTEÚDO	#introspecção #reflexão
TEMPO	#> 30 #> 60
TAMANHO DO GRUPO	#1-5 #6-15 #16-30 #< 30
NÍVEL DE FACILITAÇÃO	Iniciante
ZONA DE CONFORTO	Seguro

Introdução

9 Dimensões é uma poderosa atividade concebida para construir relações e confiança entre os membros da equipa. Existem 2 versões deste quebra-gelo. A primeira versão é para equipas que querem se conhecer melhor. A segunda versão é para equipas que querem explorar como estão trabalhando em conjunto como uma equipa.

A beleza desta atividade é que as pessoas podem escolher o quanto querem divulgar. Independentemente do grau de abertura de cada participante, a equipa aprenderá mais uns sobre os outros e/ou como a equipa está se saindo. Além disso, isto é totalmente flexível porque pode mudar as 9 dimensões para trabalhar com o seu grupo específico.

Os membros da equipa classificam individualmente 9 dimensões das suas vidas usando adesivos coloridos, e depois relatam 2 delas.

Ferramentas necessárias (o que precisa)

- Uma cópia da grelha de 9 dimensões para cada participante, se a preparar para eles
- Se quiser que os próprios participantes preparem esta folha de trabalho, informe-os antes da sessão para fazê-lo (verifique as Truques e Dicas abaixo)

As minhas 9 dimensões

Pense em cada dimensão da sua vida. Coloque um ponto da cor relevante em cada caixa que represente o ponto em que se encontra neste momento	AVENTURA	SAÚDE	CARREIRA/PROFISSÃO
	O MEU MEIO AMBIENTE	COMUNIDADE	FAMÍLIA & AMIGOS
	CRESCIMENTO PESSOAL	ESPIRITUALIDADE	ESTILOS CRIATIVOS

Passos

Possibilidade #1 - As minhas 9 dimensões pessoais

Objetivo: Construir relações através da avaliação e partilha sobre áreas significativas da vida.

- Entregue a cada participante uma cópia da folha de trabalho **As minhas 9 dimensões pessoais** e uma folha de autocolantes de pontos (com pontos vermelhos, verdes, amarelos e azuis). As 9 dimensões para esta versão podem ser: Aventura, Carreira / Profissão, Comunidade, Estilos Criativos, O Meu Meio Ambiente, Família & Amigos, Saúde, Crescimento Pessoal, Espiritualidade.
- Indique para os participantes avaliarem o seu estado atual para cada dimensão da grelha. Os participantes devem colocar um ponto colorido (usando a chave abaixo) em cada uma das 9 dimensões. Dê-lhes apenas dois minutos sem tempo para repensar. Diga-lhes: "Sigam a primeira sen".
 - Ponto Verde (Green Dot) = Estou a esmagá-lo!
 - Ponto Amarelo (Yellow Dot) = Preciso de trabalhar um pouco nisto.
 - Ponto Vermelho (Red Dot) = Yikes, eu preciso de trabalhar muito nisto!
 - Ponto Azul (Blue Dot) = Isto não é uma prioridade neste momento.
- Peça aos participantes para partilhar sobre uma dimensão que eles colocam um ponto verde, e uma que eles colocam um ponto amarelo ou vermelho. Dê a cada pessoa 2 minutos para partilhar (permita que eles divulguem em seu próprio nível de conforto).
- Perguntas opcionais abaixo (5 minutos de interrogatório podem ser suficientes).
 - O que aprenderam uns sobre os outros (ou sobre a nossa equipa)?
 - Como podemos apoiar-nos mutuamente para melhorar as nossas áreas vermelha e amarela?

Versão #2 - As 9 Dimensões da Minha Equipa

Objetivo: Construir relacionamentos, avaliando e partilhando perspetivas de como a equipa se está a sair em áreas significativas.

1. Dê a cada participante uma cópia da folha de trabalho das 9 Dimensões da Minha Equipa e uma folha de autocolantes de pontos (com pontos vermelhos, verdes, amarelos e azuis). As 9 dimensões para esta variação são: Comunicação, Atitude, Confiança, Clareza de Papel, Alinhamento sobre Processos, Responsabilização, Relações de Apoio, Prazos de Reunião, Qualidade do Trabalho.
2. Instrua os participantes a avaliar a sua percepção da situação actual da equipa para cada dimensão da grelha. Os participantes devem colocar um ponto colorido (usando a chave abaixo) em cada uma das 9 dimensões. Dê-lhes apenas dois minutos sem tempo para repensar. Diga-lhes: "Vá com a sua sensação".
 - Ponto Verde = Estamos a conseguir!
 - Ponto Amarelo (Yellow Dot)= Precisamos de trabalhar um pouco nisto.
 - Ponto Vermelho (Red Dot) = Precisamos de trabalhar muito nisto!
 - Ponto Azul (Blue Dot)= Isto não é uma prioridade neste momento.
3. Peça aos participantes para partilhar uma dimensão que eles colocam um ponto verde, e uma que eles colocam um ponto amarelo ou vermelho. Dê a cada pessoa 2 minutos para partilhar (permita que eles divulguem em seu próprio nível de conforto).
4. Perguntas opcionais abaixo (10-30 minutos de interrogatório).
 - Onde estamos todos de acordo sobre a nossa equipa?
 - Em que dimensões temos a maior variação nas nossas perspetivas?
 - Que área(s) amarela(s) e/ou vermelha(s) queremos melhorar mais?
 - O que podemos fazer para melhorar as nossas áreas amarelas e/ou vermelhas?

Truques e Dicas

- Recomendamos criar a sua tabela de 9 dimensões no Google Suite ou Excel e partilhar com os seus destinatários. Eles podem preencher a sua mesa no seu próprio computador em privado.
- Alternativamente, faça com que todos criem a sua mesa 3 x 3 na ferramenta da sua escolha na reunião. Eles podem até desenhar a sua mesa à mão, se quiserem! Lembre-se que os destinatários compartilham suas entradas verbalmente e não compartilham as mesas em si - portanto, a forma da mesa não é muito importante.
- Informe seus participantes e convide cada pessoa a colorir cada seção da sua mesa com a cor relevante. Eles podem destacar, inserir um ponto ou apenas mudar a cor do texto!
- Ao facilitar a discussão em grupo, recomendamos que os participantes usem meios não verbais para indicar que gostam de falar. pode usar ferramentas como as ferramentas de feedback não-verbal do Zoom, um emoji de reação, ou simplesmente fazer com que as pessoas levantem as mãos. O facilitador pode então convidar essa pessoa a falar.



Fonte

<https://better-teams.com>



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union
FAVILLE: 2019-1-SK01-KA204-060711

Declaração de exoneração de responsabilidade: Os pontos de vista e opiniões expressos nesta publicação são da exclusiva responsabilidade do(s) autor(es) e não reflectem necessariamente os pontos de vista da Comissão Europeia.
Desenvolvido pela parceria FAVILLE. Todos os métodos e ferramentas © seus respectivos proprietários.