

TÉCNICA DE FACILITAÇÃO	Check-In da Montanha Russa
PROPÓSITO / FOCO CENTRAL	#discutir desafios #discutir os desafios #discutir o feedback
FASE	#abertura #apresentação #quebra-gelo #fecho
COMPETÊNCIAS / CONTEÚDO	#introspecção #empatia #autorreflexão
TEMPO	Até 15 minutos; até 30 minutos; até 60 minutos
TAMANHO DO GRUPO	1-5 / 6-15 / 16-30 / mais de 30 pessoas
NÍVEL DE FACILITAÇÃO	Iniciante
ZONA DE CONFORTO	Segura

Introdução

Este método lúdico cria uma poderosa imagem compartilhada dos sentimentos do grupo. O Check-in é uma maneira simples para uma equipa iniciar uma reunião, um workshop ou uma atividade. Usando a metáfora de uma montanha-russa, esta versão alternativa ajuda os participantes a pensar de forma diferente sobre como se estão a sentir. As pessoas colocam-se em diferentes pontos da montanha-russa, explicando o seu sentimento dominante nesse momento.

Ferramentas necessárias (o que irá necessitar)

- Escolha uma [ferramenta de quadro branco online](#) que permita utilizar écrans grandes e com zoom.

Passos

1. Explique, se necessário, que o propósito de um check-in é uma ferramenta importante para tirar a temperatura emocional do grupo, para descobrir quaisquer

- medos, preocupações ou necessidades. Explique que este é um método para explorar os sentimentos de todo o grupo de uma forma lúdica e visual.
2. Desenhe a montanha-russa básica (linha ondulada com curvas, seções íngremes e seções rasas) no espaço colaborativo.
 3. Explique que nos vamos desenhar na montanha-russa, retratando como nos sentimos a cada momento, e depois partilhar esse sentimento com o grupo. Vamos fazer isto um a um.
 4. Agora convide os utilizadores a adicionarem-se à montanha-russa como notas desenhadas. Dê a cada participante, o tempo que achar necessário e prático. Pode ser tão pouco quanto uma palavra, ou cerca de 5-10 minutos.
 5. Quando todos tiverem entrado, se houver tempo, olhem para a montanha-russa como um grupo inteiro e partilhem/discutem quaisquer pensamentos que surjam.

Truques e Dicas

- Se não estiver usando um quadro online, recomendamos o uso de uma ferramenta de colaboração como o Google Docs para recolher as informações para cada chapéu sob um cabeçalho separado. Convide todos os participantes do documento a partilhar as suas imagens, mas seja muito claro no que diz respeito aos direitos de edição. Pode delinear que pessoa está usando cada chapéu usando ícones Zoom.
- Ao facilitar a discussão em grupo, recomendamos que os participantes usem meios não verbais para indicar que gostariam 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

<http://toolbox.hyperisland.com/rollercoaster-check-in>



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.