

<b>ΤΙΤΛΟΣ</b>	<b>Βρομερό ψάρι</b>
<b>ΒΑΣΙΚΟΣ ΣΚΟΠΟΣ</b>	#δημιουργία ομάδας #ευθυγράμμιση ομάδας #προσδιορισμός προθέσεων #ανοιχτή επικοινωνία εντός ομάδας
<b>ΦΑΣΗ</b>	#γνωριμία #έναρξη #ανακεφαλαίωση
<b>ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ/ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ</b>	Ενδοσκόπηση #αυτογνωσία #ενσυναίσθηση #επικοινωνία #επικοινωνία #ενεργή ακρόαση #ηγητικές ικανότητες
<b>ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΣΕ ΛΕΠΤΑ</b>	Από 60 έως 120 λεπτά
<b>ΜΕΓΕΘΟΣ ΟΜΑΔΑΣ</b>	1-5 / 6-15 / 16-30 / πάνω από 30 άτομα
<b>ΒΑΘΜΟΣ ΔΥΣΚΟΛΙΑΣ</b>	Για αρχάριους
<b>ΕΠΙΠΕΔΟ ΑΝΕΣΗΣ</b>	Απαιτητικό

## Εισαγωγή

Μια σύντομη δραστηριότητα που πραγματοποιείται στην αρχή ενός προγράμματος, η οποία έχει στόχο την έκφραση των φόβων, του άγχους και της αβεβαιότητας που σχετίζονται με το θέμα του προγράμματος. Σκοπός είναι να ανοιχτούν τα μέλη της ομάδας. Το βρομερό ψάρι είναι μια μεταφορά για «αυτό το πράγμα που κουβαλάμε όλοι και για το οποίο δε μιλάμε, αλλά όσο περισσότερο το κρύβουμε τόσο περισσότερο βρομάει». Βάζοντας το βρομερό ψάρι (τους φόβους και τα άγχη) στο τραπέζι οι συμμετέχοντες αρχίζουν να αποκτούν σχέση μεταξύ τους, μοιράζονται ευκολότερα πράγματα και αναγνωρίζουν ότι υπάρχει χώρος ανάπτυξης και εκμάθησης.

## Απαραίτητα εργαλεία (τι θα χρειαστείτε)

- Διαδικτυακός ασπροπίνακας.
- Διαλέξτε ένα [διαδικτυακό ασπροπίνακα](#) που επιτρέπει τη χρήση μεγάλου καμβά και διαθέτει λειτουργία ζουμ.

## Βήματα

1. Παρουσιάστε με δικά σας λόγια το σκοπό της άσκησης. Εξηγήστε ότι ο σκοπός είναι να εξερευνήσουμε και να μοιραστούμε τις προσωπικές μας ανησυχίες για το μέλλον ως μέσο για να ξεκινήσουν συζητήσεις και για να αρχίσουμε να τις αντιμετωπίζουμε και να τις ξεπερνάμε. Δώστε ένα σχέδιο Βρομερού Ψαριού σε κάθε συμμετέχοντα. Εξηγήστε την μεταφορά του βρομερού ψαριού: «Βρομερό ψάρι είναι αυτό που κουβαλάτε, αλλά για το οποίο δε θέλετε να μιλάτε, αλλά όσο περισσότερο το κρύβετε τόσο περισσότερο μυρίζει. Είναι μια μεταφορά που αφορά ένα φόβο ή μια ανησυχία, κάτι που απλώς θα επιδεινωθεί αν δεν το αναγνωρίσετε και δεν το αντιμετωπίσετε».
2. Δώστε στους συμμετέχοντες γύρω στα 5 λεπτά να γράψουν το προσωπικό τους βρομερό ψάρι όσον αφορά το πρόγραμμα. Για παράδειγμα, αν το πλαίσιο είναι ένα μάθημα ψηφιακής τεχνολογίας, το βρόμικο ψάρι θα αφορά φόβους και άγχη που σχετίζονται με την ψηφιακή αλλαγή. Αν το πλαίσιο είναι μια ημερίδα για εργασιακές αλλαγές, το βρομερό ψάρι μπορεί να αφορά φόβους και ανησυχίες σχετικά με την εταιρεία. Πρέπει να γράψουν μερικές μόνο λέξεις ή μία φράση μέσα στο σώμα του ψαριού.
3. Αφού γράψουν όλοι οι συμμετέχοντες το ψάρι τους ζητήστε στην ομάδα να επιστρέψει, να καθίσει σε κύκλο και πείτε σε όλους να μοιραστούν το ψάρι τους με την υπόλοιπη ομάδα. Ζητήστε στους συμμετέχοντες να μιλήσουν ένας ένας για 30 έως 60 δευτερόλεπτα έκαστος. Συνεχίστε μέχρι να μιλήσουν όλοι.

*Σημειώσεις για τον συντονιστή:* εναλλακτικά κολλήστε όλα τα βρομερά ψάρια στον τοίχο. Μπορεί να αποδειχτεί χρήσιμο να επιστρέψετε αργότερα κατά τη διάρκεια του προγράμματος για να αναφερθείτε σε κάποιους φόβους και άγχη που αναφέρθηκαν στην αρχή.

4. Ολοκληρώστε την άσκηση αφού ευχαριστήσετε τους συμμετέχοντες και τους υπενθυμίσετε ότι στον γρήγορα εναλλασσόμενο κόσμο η αβεβαιότητα και η ανησυχία για το μέλλον είναι απολύτως φυσιολογικές. Εξηγήστε ότι το να βάζουμε το «βρομερό ψάρι» πάνω στο τραπέζι είναι ένα σημαντικό πρώτο βήμα για την αντιμετώπιση των ανησυχιών και των φόβων. Αν είναι σχετικό, εξηγήστε ότι τα στοιχεία του προγράμματος που θα ακολουθήσει θα προσφέρουν την ευκαιρία να εξερευνήσετε κι άλλα βρομερά ψάρια.

## Χρήσιμες συμβουλές

- Οι χρήστες μπορούν είτε να σχεδιάσουν το ψάρι τους σε χαρτί και να ανεβάσουν την εικόνα στον ασπροπίνακα είτε να το σχεδιάσουν ψηφιακά είτε να προσθέσουν αυτοκόλλητα σημειώματα στη δική τους ζωγραφιά.
- Κατά το στάδιο της σκέψης ζητήστε στους χρήστες να δουν την εικόνα αυτού που μιλάει.



- Αν δε διαθέτετε διαδικτυακό ασπρόπινακα, μπορείτε να χρησιμοποιήσετε το Slack ή το Google docs για να μοιραστείτε και να σχολιάσετε τα σχέδια.
- Αν χρησιμοποιείτε μόνο ένα εργαλείο βιντεοδιάσκεψης, ζητήστε στους συμμετέχοντες να κάνουν κοινή χρήση της οθόνης τους και να δείξουν την ψηφιακή τους εικόνα ή να σηκώσουν ψηλά τη ζωγραφιά τους για να τη δει όλη η ομάδα.

## Πηγή

<http://toolbox.hyperisland.com/stinky-fish-13d9ce8d-e64f-4085-8a06-8d212c627788>



Με συγχρηματοδότηση από το  
πρόγραμμα «Erasmus+»  
της Ευρωπαϊκής Ένωσης

FAVILLE: 2019-1-SK01-KA204-060711

Δήλωση αποποίησης ευθύνης: Οι γνώμες και οι απόψεις που εκφράζονται στην παρούσα δημοσίευση αποτελούν ευθύνη του συντάκτη και δεν αποτυπώνουν τη γνώμη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής.  
Καταρτίστηκε από τη συνεργασία του προγράμματος FAVILLE. Όλες οι μέθοδοι και τα εργαλεία ανήκουν © στους αντίστοιχους ιδιοκτήτες τους.