

Anexo 1: Atividade “Quebra-gelo”

Atividade Módulo 1

Objetivos de aprendizagem
<ul style="list-style-type: none">• Apresentação do grupo• Os participantes ficarem a conhecer-se uns aos outros• Promover alguma reflexão
Informação útil
<p>Esta atividade tem como objetivo principal desenvolver uma ligação inicial entre os participantes que irá facilitar o processo de aprendizagem ao longo do curso.</p> <p>Pretende-se com este exercício que os participantes compreendam que diferentes pessoas, de culturas e formações têm sentimentos e atitudes semelhantes a lidar e resolver problemas do seu dia-a-dia. Espera-se que este exercício faça os participantes perceber que não estão sozinhos nos seus problemas e podem ser um apoio uns para os outros.</p>
Duração
25 minutos
Organização da sala
Para a primeira parte da atividade as cadeiras devem estar organizadas em pares, em grupos de 4 para a segunda parte e em círculo para a última parte do exercício.
Material de apoio
Papel e caneta ou lápis
Instruções
<ol style="list-style-type: none">1. Os formandos devem dividir-se em pares escolhendo um parceiro de diferente nacionalidade (ou alguém que não conheçam);2. Já em pares, os formandos devem sentar-se frente-a-frente;

3. Primeiro, os formandos apresentam-se um ao outro (à vez) e partilham com o parceiro uma história do seu dia-a-dia sobre um problema que tenham tido, como ultrapassaram esse problema e como se sentiram em relação a isso;
4. Cada par discute as semelhanças das suas histórias (como o problema os afetou, a motivação que tiveram em resolvê-lo, como se sentiram depois dessa situação, como se sentem a partilhar essa história, etc);
5. A discussão entre os pares deverá demorar cerca de 15 minutos;
6. Depois de cada par discutir as suas histórias, devem juntar-se com outro par num grupo de 4;
7. Cada um apresenta o seu parceiro ao resto do grupo. Depois, todos juntos discutem sobre a experiência de partilhar as suas histórias. Cada grupo deverá anotar algumas frases/sentimentos resultantes da discussão num papel para partilhar com toda a gente e arranjar um nome para o seu grupo;
8. A discussão entre os grupos de 4 deverá demorar cerca de 15;
9. Na fase final deste exercício, todo o grupo de formandos deve sentar-se num círculo e cada grupo de 4 lê em voz alta o nome que escolheram e as reflexões que fizeram;
10. A partilha de grupo deverá demorar cerca de 10 minutos;
11. Por fim, os formadores fazem uma reflexão de 5 minutos com base no que foi dito e feito neste exercício.