

Вправа 3

ДОСЛІДЖЕННЯ ПОВЕДІНКИ



СИТУАЦІЯ

Самоусвідомлення. Як я себе поведжу? Як я можу описати себе?



УЧАСНИКИ

Без обмежень



МАТЕРІАЛ

- **Додаток 1:** Опитувальник - роздрукуйте по одному для - кожного учасника
- **Додаток 2:** Оціночна картка - роздрукуйте по одній на кожного учасника



ЧАС

10 - 30 хвилин

ЦІЛІ

- Знати, як я поведжуся в тих чи інших ситуаціях.
- Дізнатися, чому я можу навчитися з цього.
- Чітко визначити свої моральні принципи та переконання.



ПОСЛІДОВНІСТЬ

Тренер:

1. Роздає учасникам опитувальник (**додаток 1**) (без оціночної картки).
2. Дає учасникам прочитати запитання і просить відповісти на них якомога чесніше і спонтанніше.
3. Коли всі заповнять опитувальник, поділіться результатами (див. **додаток 2**. Оціночна картка). Опитувальник та оціночну картку можна забрати додому.
4. Вправу можна продовжити, ставлячи додаткові запитання всій групі або розділивши групу на підгрупи по 2-3 особи. Додаткові питання:
 - Чи погоджуєтеся ви з результатами?
(послідовницький, асертивний або стриманий тип)
 - Що ви відчуваєте з цього приводу? Вам це подобається?
Чи хотіли б ви бути трохи більше ... ?