

ESCUITA PARA SERES ESCUTADO!

OBJECTIVOS: Estimular a perspicácia do grupo; Compreender que as instruções devem ter-se em atenção; Verificar que além de ser-se escutado é importante saber escutar.

MATERIAIS: Um Teste e uma caneta para cada membro do grupo

DURAÇÃO: 10 minutos (teste) + 30 minutos (diálogo)

Num clima de acolhimento faz-se uma recepção ao grupo.

Quando todos se encontrarem sentados e disponíveis para iniciar o encontro, o animador diz: "Hoje vou passar-vos um teste, que devem realizar sem interferir ou conversar com os parceiros ao vosso lado. É importante que não haja risos nem comentários, caso contrários os resultados estarão a ser influenciados".

Depois de entregar o teste e uma caneta aos membros do grupo, deixa-se que todos realizem o teste. Quando terminarem e se aperceberem que a maioria não cumpriu as instruções procede-se a um diálogo salientando a importância deste teste na compreensão da nossa vida quotidiana.

Não esqueças que além de no dia-a-dia não darmos atenção ao que realmente merece, perdemos tempo a realizar tarefas por vezes desnecessárias.

ATENÇÃO: TESTE NA PÁGINA SEGUINTE

TESTE DE 8 MINUTOS

1. Lê tudo, antes de fazeres seja o que for.
2. Escreve o teu nome no canto superior esquerdo desta folha.
3. Desenha um círculo à volta da palavra “nome” na alínea 2.
4. Desenha 5 pequenos quadrados no canto superior esquerdo desta folha.
5. Escreve um X em cada quadrado.
6. Desenha um círculo em cada quadrado.
7. Desenha um círculo à volta da alínea 5.
8. Nas costas desta folha de papel multiplica 22x91.
9. Desenha um quadrado à volta da palavra “círculo” na alínea 7.
10. Quando chegares a este ponto, diz o teu nome em voz alta.
11. Se achas que seguiste cuidadosamente as instruções até este ponto do teste, diz: “Segui”.
12. Conta num tom de voz normal de 10 até 1 decrescendo.
13. Faz 3 buraquinhos no cimo da folha com a ponta do lápis ou caneta.
14. Se fores a primeira pessoa a chegar aqui, diz em voz alta: “Sou a primeira pessoa a chegar até aqui, e sou formidável a cumprir instruções”.
15. Diz em voz alta: “Já quase acabei, e segui as instruções cuidadosamente”.
16. Agora que leste as instruções com toda a atenção, faz só as alíneas 1 e 2.