

Szybkie randki

icebreaker

WSKAZÓWKA

To być może najlepszy lodołamacz, kiedy Twoją grupę stanowią obce sobie nawzajem osoby, albo znające się bardzo słabo. Forma rozmowy nie prowokuje tylu oporów, bo w końcu rozmawiać krótką chwilę na zadany temat nie jest już tak trudno, nawet z perspektywy introwertyków:)



PRZEBIEG ĆWICZENIA

- Zapowiedz ćwiczenie, które pozwoli się nam trochę poznać. Zapytaj uczestników, czy słyszeli kiedyś o formule "szybkiej randki"? Wykorzystamy bowiem jej strukturę: przed nami seria bardzo krótkich rozmów (ustalcie 2 lub 3 minuty na każdą) na zadany z góry temat. Po upływie tego czasu, zmieniamy partnera rozmowy oraz temat.
- Podziel grupę na dwie równe części do tego ćwiczenia. Jeśli liczba jest nieparzysta, też dołącz do rozmów. Poproś, aby grupa pierwsza uformowała okrąg, ale stojąc do siebie plecami. Teraz poproś "dwójki", aby stanęły przed jedną wybraną osobą z "jedynek".
- W ten sposób powstaną dwa okręgi. Wewnętrzny krąg pozostanie nieruchomy, podczas gdy "dwójki", które pozostają na zewnątrz, po każdej rozmowie wykonują krok w prawo, do kolejnego rozmówcy.
- Scena gotowa, teraz tylko szybko przypomnij reguły. Rozmowa trwa określony czas, którego Ty pilnujesz (2-3 minuty), Ty również podajesz temat przed każdą rundą rozmów. Ponieważ będzie głośno, warto umówić się na sygnał zmiany, np. trzy głośne klaśnięcia trenera. Postaraj się o tyle tematów rozmów, aby wykonać pełen obrót po okręgu.



ok. 15 - 20 minut
6 - 16 osób



DLACZEGO WARTO?

- ★ Błyskawiczne przełamanie pierwszych lodów.
- ★ Krótki czas redukuje stres pierwszej rozmowy.
- ★ Uczestnicy nie okopują się na swoich krzesłkach:)
- ★ Trener może dobrać tematy rozmów odpowiednio pod cel warsztatów.

Szybkie randki

icebreaker

PRZYKŁAD

Poniżej kilka pomysłów na tematy rozmów do szybkich randek.
Puste pola uzupełnij własnymi pomysłami!

.....

- Wejdź w rolę recenzenta. Jaką polecisz książkę, album lub film?
- Twój przepis na najsmaczniejsze śniadanie w weekend.
- Miejsce, do którego najchętniej wracasz w wakacje.
- Ciekawy, inspirujący człowiek, którego znasz.
- Niespełnione marzenie, które na pewno chcesz zrealizować.
- Twój przepis na idealny wypoczynek popołudniu, po pracy.
- Ulubione miejsce w Twoim mieście.
- Czego nowego się ostatnio nauczyłaś/eś?
- Co w sobie szczególnie lubisz albo doceniasz?
- Co byś zrobił/a z całym wolnym rokiem dla siebie?
-
-
-
-
-

