



V. ΚΙΝΗΤΡΟ

Το κίνητρο είναι να δώσουμε ή να δείξουμε λόγους να κάνουμε κάτι, να προωθήσουμε και να ενθαρρύνουμε άλλους ανθρώπους να επιτύχουν τους στόχους τους. Τις περισσότερες φορές είναι δύσκολο για ανθρώπους που ζουν με ψυχική ασθένεια να πραγματοποιούν μια μακροχρόνια δραστηριότητα, γι' αυτό είναι τόσο σημαντικό να έχουμε ένα άτομο πραγματικά με κίνητρο μέσα στην ομάδα που εμπνέει σε όλους να συνεχίσουν με τη σειρά μαθημάτων Chic & Craft. Βρείτε εδώ μερικές προτάσεις για να ενδυναμώσετε το κίνητρο.

V.1. ΓΙΑΤΙ ΝΑ ΡΑΨΩ

Ικανότητες που ενδυναμώνονται: Επικοινωνία, κίνητρο, ικανότητα να εκφράσει τον εαυτό του.

Περιγραφή: Μια συζήτηση κρατιέται υπογραμμίζοντας τα οφέλη της εκμάθησης των δεξιοτήτων που θα πραγματοποιηθούν σε όλη την εκπαίδευση. Γιατί να μάθουν να ράβουν; Ποια είναι τα οφέλη από την "εκμάθηση" αυτής της ικανότητας και τη μετάδοσή της σε άλλους; Γιατί ήταν μια τέτοια πολυπόθητη δεξιότητα πριν από λίγο καιρό και τι άλλαξε μέχρι τώρα; Βίντεο θα μπορούσαν να παρουσιαστούν αποδεικνύοντας την εξέλιξη αυτής της δεξιότητας μετά από τα χρόνια και τις πιθανές προόδους που πρέπει να γίνουν.

Αυτός ο τρόπος συζήτησης θα εμπνεύσει το πάθος των μέντορών και γιατί επέλεξαν να συμμετάσχουν σε ένα τέτοιο έργο και τι ελπίζουν να μεταδώσουν στους άλλους συμμετέχοντες. Αυτή η πίστη στην εγκυρότητα του έργου θα βοηθήσει στην παρακίνηση τόσο των συμβούλων όσο και των συνεργατών τους.

Αυτή η άσκηση προσφέρει μια επιπλέον δυνατότητα να εκφραστούν για τις επιθυμίες, τα προβλήματα τους ... όλα όσα σχετίζονται με τον τομέα της ραπτικής.





V.2. Ο ΜΕΝΤΟΡΑΣ ΜΟΥ

Ικανότητες που ενδυναμώνονται: Κίνητρο, επικοινωνία.

Περιγραφή: Πρόσκληση από τους συμμετέχοντες να θυμηθούν όταν έμαθαν για πρώτη φορά το ράψιμο, που ήταν, πόσο χρονών ήταν, ποιος τους δίδαξε κλπ. Στη συνέχεια ζητήστε τους με σειρά να περιγράψουν την εμπειρία και στην υπόλοιπη ομάδα, δίνοντας ιδιαίτερη προσοχή να περιγράψουν τον άνθρωπο που τους δίδαξε - όσον αφορά την προσωπικότητα και τις στάσεις του - και τις θετικές και αρνητικές πτυχές του διδακτικού ύφους αυτού του ατόμου, δηλαδή αν εξήγησε καλά τις μεθόδους, εάν ήταν πολύ αυστηρές, απάντησε στις ερωτήσεις σας κλπ. Στη συνέχεια, ζητήστε τους να πουν όλα τα μέλη της ομάδας και να παρουσιάσουν το διδακτικό ύφος του καθηγητή που περιγράφουν οι συνάδελφοι τους όσο το δυνατόν ακριβέστερα, βασιζόμενοι αποκλειστικά στην περιγραφή του συναδέλφου του μέλους ομάδας σε μια ψεύτικη τάξη που έχει συσταθεί.

Προτάσεις: Σε μια ομάδα θα πρέπει να συζητηθούν οι θετικές και αρνητικές πτυχές της εν λόγω διδασκαλίας στυλ και πώς θα το κάνετε με διαφορετικό τρόπο σήμερα.





V.3. ΓΙΑΤΙ ΜΑ ΕΙΣΤΕ ΜΕΝΤΟΡΑΣ

Ικανότητες που ενδυναμώνονται: Κίνητρο, επικοινωνία.

Υλικά: Χαρτόνι και μολύβια.

Περιγραφή: Προσκαλέστε τους μέντορες σας, να βρείτε 10 συνήθεις λόγοι για να γίνει κάποιος μέντορας του Chic & Craft και να τα γράψει σε ένα χαρτόνι. Επίσης, ζητήστε από καθένα από αυτούς να γράψουν 5 φόβους για την εκπαίδευση και στη συνέχεια να μοιραστούν μαζί τους: Έχουν τους ίδιους φόβους; Καταλαβαίνουν τους φόβους των συντρόφων τους; Μπορούν να προβλέψουν πιθανές λύσεις για τα πιθανά προβλήματα που μπορεί να εμφανιστούν; Τελειώστε την άσκηση ζητώντας τους να βρουν 10 κοινά οφέλη από την ανάληψη αυτού του ρόλου.

Προτάσεις: Προσπαθήστε να ηρεμήσετε τους φόβους της ομάδας σας υπενθυμίζοντάς τους ότι ένας επαγγελματίας θα είναι μαζί τους όλη την ώρα και ότι έχουν επιλεγεί γιατί ξέρετε ότι είναι σε θέση να αναλάβουν αυτόν τον ρόλο. Μπορείτε να βάλετε το χαρτόνι με τους δέκα λόγους για να γίνετε μέντορας στον τόπο όπου θα συναντήσετε τους συμβούλους σας για να τους παρακινήσετε σε όλες τις συνεδρίες.

Η ανταλλαγή συναισθημάτων με άλλους συντρόφους μπορεί να σας βοηθήσει να μάθετε περισσότερα για το ένα το άλλο και για τον εαυτό τους.

V.4. Ο ΔΡΟΜΟΣ ΜΟΥ

Ικανότητες που ενδυναμώνονται: Αναστοχασμός, κίνητρο, επικοινωνία, ανοιχτοί για να μιλήσουμε για τους φόβους του.

Υλικά: Φύλλα από χαρτί, στυλό, κραγιόνια.

Περιγραφή: Αυτή η άσκηση είναι λίγο πιο δημιουργική και επιτρέπει την καλλιτεχνική ερμηνεία των γεγονότων. Ζητήστε από τους μέντορες του Chic & Craft να σχεδιάσουν έναν οδικό χάρτη ή ένα βουνό για να εκπροσωπήσουν το ταξίδι που προβλέπουν οι ίδιοι για την κατάρτιση αυτή. Το ύψος του βουνού ή το μήκος του δρόμου θα μπορούσε να αντιπροσωπεύει το βαθμό δυσκολίας της εκπαίδευσης με βάση την αντίληψη / προσδοκία τους. Οι προσκρούσεις στο δρόμο ή στα βράχια στο μονοπάτι του βουνού θα μπορούσαν να παρουσιάσουν δυσκολίες ή εμπόδια που πιστεύουν ότι θα αντιμετωπίσουν κατά μήκος του δρόμου. Ο σχεδιασμός του αυτοκινήτου ή του σακιδίου τους μπορεί να ενσωματώσει τις δεξιότητες που έχουν μέχρι σήμερα, τον εξοπλισμό που θα φέρουν μαζί τους για να διευκολύνουν το ταξίδι κ.λπ.





V.5. ΤΟ ΣΗΜΕΙΩΜΑΤΑΡΙΟ

Ικανότητες που ενδυναμώνονται: Κίνητρο, ομαδική εργασία.

Υλικά: σημειωματάριο, στυλό, μαρκαδόρους, ταινίες, και άλλα αντικείμενα που η ομάδα του θα μπορούσε να χρησιμοποιήσει για να γράψει και να σχεδιάσετε στο βιβλίο.

Περιγραφή: Αυτή η άσκηση δημιουργίας ομάδας λαμβάνει χώρα παροδικά. Κάντε ένα μεγάλο, κενό ημερολόγιο ή λεύκωμα βιβλίου διαθέσιμο σε κάθε συνεδρία. Μπορείτε να βάλετε προτροπές σε κάθε σελίδα, να θέσετε ερωτήσεις ή να προτείνετε τα πράγματα να γράψετε ή να σχεδιάσετε αν νομίζετε ότι η ομάδα σας μπορεί να χρειαστεί κάποιες συμβουλές. Επίσης μπορείτε να έχετε τυπωμένες οδηγίες και να εμφανίζονται δίπλα στο βιβλίο (δηλ. Γράψτε τι έχετε μάθει στη σημερινή συνεδρίαση, τι σας αρέσει περισσότερο για την ομάδα Chic & Craft, προτείνετε ένα σύνθημα της ημέρας / εβδομάδας για την ομάδα, προτάσεις για το Chic & Craft Ο δεκάλογος του μέντορα του Peer, κλπ.).

Προτάσεις: Ενθαρρύνετε τους συμμετέχοντες να γράψετε αποσπάσματα από τα πράγματα που διαβάζουν ή από τα μέλη της ομάδας τους, να γράψουν για ένα διασκεδαστικό γεγονός που συνέβη κατά την εργασία, κολλήστε φωτογραφίες της ομάδας.





V.6. ΕΜΠΝΕΥΣΗ

Ικανότητες που ενδυναμώνονται: Κίνητρα, τη δημιουργική σκέψη, την ανταλλαγή ιδεών.

Υλικά: Φορητός υπολογιστής με σύνδεση στο internet.

Περιγραφή: Σήμερα, μπορείτε να μοιραστείτε με τους ομότιμους συμβούλους σας μερικές εμπειρίες παρόμοιες με την πορεία Chic & Craft. Μπορείτε να τους δείξετε μερικά όμορφα σχέδια που γίνονται με υλικά ανακύκλωσης ή ακόμα και δημοφιλείς σχεδιαστές μόδας που χρησιμοποιούν ανακυκλωμένα υλικά ή που εμπνέονται από την έννοια της upcycling για να δημιουργήσουν τις συλλογές μόδας τους. Εδώ έχετε μερικά παραδείγματα, αλλά μπορείτε να αναζητήσετε εθνική εμπειρία και να επισκεφθείτε και μερικούς από τους σχεδιαστές αν είναι δυνατόν:

<http://www.recycled-fashion.com>

<http://daniellelvermeer.com/blog/upcycled-fashion-companies>

<https://collectively.org/en/article/britains-top-10-haute-cyclers-meet-the-pioneers-of-designer-upcycling>

<http://ecosalon.com/our-5-favorite-upcycled-fashion-designers-from-the-usa>

<https://es.pinterest.com/darcyfowkes/recycled-upcycled-fashion-design>

Ανοίξτε μια συζήτηση για τα οφέλη της ανακύκλωσης ρούχα και χρησιμοποιώντας πρωτότυπες δημιουργίες που κανείς άλλος δεν έχει και για την εξοικονόμηση χρημάτων και πόρων.

