Title: Μια μέρα στο μέλλον

Exercise Code SLQUALED012

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Modules: | Group size: | Duration: |
| 3. Personal Integrity | Small group  Large group | 45 min |

**Purpose:**

Αυτή η άσκηση βοηθά στην πρόβλεψη του μέλλοντος του ατόμου και στη συνειδητοποίηση των διαφορών των γυναικείων και ανδρικών σχεδίων ζωής μέσω της συζήτησης και του καθορισμού των ατομικών στόχων για το μέλλον.

Αυτή η άσκηση προωθεί επίσης τη δημιουργικότητα, ωθεί τους συμμετέχοντες να κοιτάξουν μπροστά και να σχεδιάσουν τη ζωή τους ενεργά.

# Description:

Οι συμμετέχοντες φαντάζονται ότι διανύουν το έτος 2025. Είναι Δευτέρα ...

* Πώς θα είναι η μέρα σας;
* Καταγράψτε με λέξεις-κλειδιά αυτό που κάνετε, ακούτε, βλέπετε και πώς περνάτε την ημέρα.

Σε μικρές ομάδες ή ζευγάρια, οι συμμετέχοντες:

* Μιλούν ο ένας στον άλλον για τις φαντασιώσεις τους.
* Εξετάζουν πώς η φαντασία τους είναι συνδεδεμένη με την κοινωνικοποίησή τους ως μια γυναίκα ή ως ένας άνδρας.
* Συγκρίνουν πώς συμμορφώνονται με τη σημερινή πραγματικότητα.
* Ποια συναισθήματα, σκέψεις γεννά η σύγκριση;

# Material:

Χαρτί και στυλό για σημειώσεις

# Methods:

Εμπειρική μάθηση

# Source/Literature:

Προσαρμογή από: Handbook Labour Office & Clients  
Improving the Communication Between Labour Office Advisers and Their Clients   
Úrad Práce, Dunajská Streda 2006