

## **Hahmotelma draamallisen työhyvinvointi-/virkistyspäivän sisällöstä**

Aika: n. 3 tuntia

### **Vaihtoehto 1:**

Setti sisältää työhyvinvointiin liittyviä harjoitteita, jotka räätälöidään niiden aiheiden mukaan, mitkä puhuttelevat teidän työyhteisöä tällä hetkellä. Tekeminen on toiminnallisen keskustelevaa. Ei sisällä varsinaista ”esiintymiskoulutusta”, mutta pienryhmätilanteita, joita näytetään toisille ja vahvistetaan täten palautteenantotaitoja ja huomiointikykyä.

### **Vaihtoehto 2:**

Toinen vaihtoehto, joko edellämainitun paketin lisäksi tai sen tilalle, olisi enemmän ilmaisutaitoon painottuva työpaja, jossa työskentelemme improvisaatioharjoitteiden ja -peliin parissa. Tämän pajan tavoitteena olisi vahvistaa heittäytymiskykyä, itseilmaisua sekä palautteen antamista ja vastaanottamista.

Yhden paketin hinta on 800 €.

Kaikki paketit suunnitellaan työyhteisön tarpeiden mukaan, joten edellytän yhtä tapaamista tiimin vetäjän tms. henkilön kanssa.

Ryhmän koko 12-20 henkeä.

## **Skiss av dramapaket för arbetsplatstrivsel**

Tid: ca 3 timmar

### **Variant 1:**

Fokus ligger på arbetsplatstrivsel och förbättring av samarbetet i teamet. Frågor bearbetas praktiskt mha dramaövningar och diskussion. Beställaren avgör vilka frågor som skall behandlas i verkstaden och bearbetningen leds av en dramapedagog. Trots att metoden är fysisk passar den alla. Inga förhandskunskaper i drama och teater krävs!

### **Variant 2:**

Verkstaden målsättning är att förstärka tryggheten i teamet och att ge verkstyg för att uttrycka sig inför sina kolleger. Detta övar vi på genom roliga impropovationövningar och -spel. Med hjälp av dramaövningar lär vi oss ge och ta emot respons samt att samarbeta konstruktivt i grupp.

Priset för ett paket är 800 €.

En träff med teamledaren el. dyl. krävs eftersom paketet skräddarsys enligt beställarens behov.

Deltagarmängd 12-20 personer.