



רכיב החוסן: השתייכות חברתית שם המתודה: מי פנוי באלנבי

תיאור קצר:

פעילות נטוורקינג קבוצתית ליצירת לוח שיתופי של צרכים תוך מתן וקבלת סיוע מיידיים

מטרות התרגיל:

1. הבנת החשיבות של נתינה למערכת הקשרים שלי על מנת לקבל חזרה.
2. חיבור לחוזקות והיכולות של כל אחד ומה ביכולתו לתרום.
3. הבנת כוחה של רשת הקשרים וחיזוק מעגלים חברתיים.

הנחיות למשתתף:

1. כל משתתף/ת חושב/ת על צורך שיש לו/ה (מקצועי או אישי), כותבים את הצרכים על לוח דיגיטלי או פיזי עם השם (לא אנונימי).
2. הצעת עזרה ומענה לצרכים - המשתתפים מסתובבים בחדר/ בלוח הדיגיטלי ובודקים איפה יכולים לתת מענה לצורך.
3. כאשר מוצאים צורך שיש מענה עליו, כותבים פרטי קשר, מידע או כל דרך אחרת בה ניתן לעזור.

הערות למנחה:

יותר ויותר מחקרים מראים שפיתוח רשתות מקצועיות, או "נטוורקינג" עסקי, יכול לשפר משמעותית את המעמד והכישורים המקצועיים. נטוורקינג יעיל יכול לייצר עבורכם הזדמנויות תעסוקתיות ועסקיות, לאפשר גישה לידע ולאפשר לכם להתקדם לתפקידים בכירים יותר.

רפלקציה:

- ✓ מי מצא את מבוקשו?
- ✓ מה רתם אתכם?
- ✓ מה הייתה צורת הפנייה הטובה ביותר?
- ✓ מה לדעתכם יגרום לאנשים ליצור אתכם קשר?

אשכול כישורים במודל ה-PRO I:

I NET - מיתוג ורישות

I MIX - תקשורת בינאישית ואמפתיה