

COCRIAR | ATIVADORES DE IDEIAS



GERAÇÃO DE IDEIAS

“SIM, E...”

GERAÇÃO DE IDEIAS | “SIM, E...”



COCRIAR

ATIVADORES DE IDEIAS

OBJETIVO

Através da experiência do poder da resistência (“*Sim, mas...*”) e da aceitação (“*Sim e...*”), proporciona-se à equipa de projeto a possibilidade de fazer um “aquecimento mental” para que esteja preparada para as atividades de geração de ideias, desenvolvendo uma atitude verdadeiramente colaborativa, construtiva e aberta.

MATERIAIS NECESSÁRIOS:

→ Sem materiais

DURAÇÃO:

- 10-15 minutos;
 - ◆ Várias rondas, para “*Sim, mas...*” e “*Sim e...*” de 1 ou 2 minutos cada;
 - ◆ 5 minutos de reflexão colectiva sobre a atividade.

PARA QUE SERVE

“*Sim, mas... Sim e...*” é um exercício muito utilizado no teatro de improviso que sugere que um participante deve aceitar o que outro participante diz (“*sim*”) e depois expandir essa linha de pensamento (“*e...*”), garantindo um fluxo comunicacional descomprometido, fluido, positivo e, também, divertido.

Em ambiente de trabalho de grupo, responder “*Sim, e...*” incentiva as pessoas a ouvir e a serem mais receptivas às ideias dos outros, construindo ideias que pertencem ao grupo e não apenas de um dos seus elementos. Apela assim ao trabalho colaborativo, ao envolvimento coletivo na solução encontrada, à escuta ativa e ao feedback construtivo.



COCRIAR

ATIVADORES DE IDEIAS

COMO UTILIZAR | PASSO A PASSO

1. Organizar o grupo em pares que ficam de pé, frente a frente. Se alguém ficar sem parceiro, um dos facilitadores por fazer par com essa pessoa, ou, alternativamente, fazer um grupo de 3.
2. Pedir aos pares para escolherem uma atividade que vão fazer juntos (uma viagem, uma festa, um piquenique, um jantar, etc). Pode-se definir a frase de partida comum a todos os pares, como por exemplo “*Acho que a nossa equipa está a precisar de fazer uma atividade de grupo diferente, pensei em... (sugerir ideia)*”
3. O exercício tem duas partes. A primeira, os pares iniciam sempre as respostas à sugestões feitas com “Sim mas...”, a segunda parte da atividade, todos iniciam as suas sugestões com “Sim e...”
4. Explicar que o exercício é um “*pingue-pongue*” de palavras. Durante a primeira parte da atividade, um dos elementos do par sugere por exemplo: “... *pensei em fazer um piquenique em alto mar...*”. A segunda pessoa diz: “**Sim, mas eu acho que isso é muito perigoso**”. Então a primeira pessoa continua, dizendo: “**Sim, mas vais ver que vai ser divertido e levamos as nossas famílias**”. A segunda pessoa continua, dizendo: “**Sim, mas...**”. E assim por diante.
5. Ao fim de 1 ou 2 minutos, pare a atividade mas assegure-se que os pares tiveram oportunidade de responder mutuamente várias vezes. É tempo de começar a segunda parte da atividade: repetir o exercício, dando instruções ao grupo para agora, em vez de “*Sim...mas*”, dizer “**Sim, e...**”.
6. Passados 1 ou 2 minutos, parar novamente o exercício. É tempo de promover uma breve reflexão colectiva



COCRIAR

ATIVADORES DE IDEIAS

(cerca de 5 minutos) sobre a atividade, perguntando aos participantes o seguinte:

- a. Qual a diferença entre começar frases com “*Sim, mas...*” ou “*Sim e...*”?
- b. Como se sentiram durante as duas partes do exercício? Que tipo de energia sentiram com “*Sim, mas...*” e com “*Sim e...*”?
- c. Conseguem identificar situações nos seus respectivos trabalhos em que o sentimento foi semelhante? Qual acharam mais fácil?
- d. Habitualmente, os participantes referem sentir-se mais confortáveis com o “***Sim, mas...***” (geralmente, as pessoas estão, inconscientemente, mais habituadas a falar desta forma), mas que as ideias se esgotaram imediatamente. Pelo outro lado, costumam reportar que com o “*Sim, e...*” a conversa fluiu mais facilmente,

é mais divertido e que até surgem algumas ideias totalmente loucas e irrealistas.

7. Trocar os pares e repetir o exercício com “***Sim, e...***” para expor os participantes a pessoas e estilos de comunicação diferentes.
8. Reforçar a ideia que esta é uma atitude que se vai melhorando quanto mais se pratica e voltar a trocar os pares, fazendo mais 2 ou 3 rondas de “*Sim, e...*”.

DICAS E TRUQUES

- Antes de se começar as respectivas rondas os facilitadores devem fazer uma demonstração primeiro do “*Sim, mas...*” e depois do “*Sim e...*”, mas abster-se de fazer quaisquer comentários críticos a ambas formulações.
- Para conseguir um maior impacto, deixe os participantes fazer um trabalho de



COCIAR

ATIVADORES DE IDEIAS

grupo antes e depois do exercício “Sim, mas. Sim e...”. No final, compare as diferenças nos comportamentos e nos resultados.

- Pode salientar que o “*Sim, mas...*” representa o pensamento convergente e o poder da resistência, enquanto que “*Sim, e...*” representa o pensamento divergente e o poder da aceitação. Quando o objetivo é gerar ideias colaborativamente, a atitude mais eficiente deve ser divergente e construtiva, ou seja “*Sim e...*”.



Imagem: Grupo de cidadãos praticar a atividade “*Sim, mas...* *Sim e...*” durante uma sessão de cocriação organizada pelo LabX na Junta de Freguesia do Lumiar.