

STANDHAFTIGHET

ENERGI KARTLEGGING

ARBEID KONSEKVENT OG DERMED FÅ RESULTATER



Målet er 1) å utvikle forståelse for utholdenhet og motstandskraft i entreprenørskap; 2) å øke deltakernes energinivå 3) å praktisere historiefortelling som en gründerferdighet. Unge gründerere må ha personlig utholdenhet: det er umulig å oppnå noe forretningsmål hvis en gründer mangler energi! Aktiviteten tar derfor også tak i viktige spørsmål for unge gründerere og deres fremtidige utvikling, inkludert ferdigheter som selvbevissthet, sporing av energinivåer og å holde dem høye; selvorganisering og planlegging, å være utholdende når det gjelder å nå mål og lære å spore fremgang.

Råd: Denne aktiviteten kan brukes både på stedet og online, om nødvendig på grunn av Covid-19 eller andre restriksjoner. Deltakerne kan jobbe individuelt eller (helst) i par.

Bruksanvisning:

- Les og forklar det innledende notatet og form deltakerne i par, med oppmerksomhet på mangfold og samle de som vanligvis ikke samhandler med hverandre.
- Individuell aktivitet. Deltakerne fullfører sitt første energikart, basert på forrige dag (10 min);
- I par. Målet for hver økt er å skrive 200 ord/30 sekunder med video for å bidra til deltakernes siste essays/digitale historier. Partnerne i paret bytter på å jobbe med materialet sitt, og den andre partneren har lov til å stille spørsmål eller komme med forslag når som helst.
- Det overordnede målet for aktiviteten er at hver deltaker basert på kartet skriver et essay (maks. 1000 ord) eller lager en digital historie (maks. 5 minutter) om temaet «Into the Future: Finding the Energy to Persist with My Stor idé».

Refleksjon i læringsfellesskapet:

Start med kort tilbakemelding på selve aktiviteten og hvordan folk likte den. Fortsett deretter med å diskutere hva som skjedde, hva folk lærte. Bruk disse spørsmålene for å fremme diskusjonen:

1. Hva skjedde? Fikk du innsikt i energinivået ditt?
2. Hva lærte du? Oppmuntret denne aktiviteten deg til å være en energisk gründer?
3. Var aktiviteten knyttet til utholdenhet og motstandskraft?



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Tips for facilitators

Tips til tilretteleggere For å nå målet bør aktiviteten ideelt sett gjennomføres som syv økter over to til tre uker, inkludert 30 minutter til introduksjonen, fem oppfølgingsøkter og en siste debriefing på rundt en time, eller mer avhengig av antall deltakere. Aktiviteten tillater inntil 30 deltakere totalt, men dette vil delvis avhenge av tiden som er tilgjengelig for debriefing-økten. Materialer for å forberede aktiviteten: notatbøker og pinner, eller digital enhet (telefon, nettbrett, bærbar PC) med Internett-tilkobling hvis aktiviteten foregår online. Energikartopp-gave per deltaker) – dette kan også brukes digitalt.

Energikart arbeidsark for deltakere										
For hver av dagene og hver del av dagen, vurder energinivået ditt R på en skala fra 1-5, med en kort grunn, for eksempel "hater å stå opp av sengen", "nyt fotballtrening" osv.										
	tidlig morgen		formiddagen		lunsjtid/middag		Ettermiddag		Kveld	
	R	Årsaken	R	Årsaken	R	Årsaken	R	Årsaken	R	Årsaken
dato										
dato										
dato										
dato										
dato										
(fem dager bør være minimum, men flere kan legges til nedenfor)										

