

改变适应性

形式：集体参与
时间：5分钟
材料：无
场地：不限
应用：改变适应性

目的

提高参与者对人们是何其快地对现状感到满意的，哪怕是很小的改变是如何使我们感到不舒服的以及个人改变适应性的认识。

程序

1. 让参与者收好他们的东西并坐到另一个位置上。
2. 问以下问题：
 - a. 当我建议换位置时谁赞同这个主意？
 - b. 谁无所谓？
 - c. 谁至少感到有一点点不适或反感？

讨论

这个简短的活动表明了什么？

通常的回答：

我们每个人对变化的反应不同。

我们很快适应了。

我们中的很多人实际上喜欢现状。

有时我们更易于接受大的改变而不是小变化。

我们对变化都会有不同的反应。

总结与评估

此活动的环境可以是车间里或一场会议。短短5分钟游戏将提高人们适应变化的能力。