

cobo

Laboratori d'Innovació Social



Diputació
Barcelona



AJUNTAMENT DE
SANT BOI DE LLOBREGAT



Metodologia

H30

Versió: 1.0

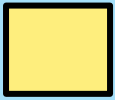
Col·lecció: Identificació / Presentació

Referències: Head, Heart & Hands

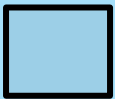
Aquesta metodologia facilita reflexionar sobre els aspectes necessaris perquè una idea pugui desenvolupar-se d'una manera lògica dins dels límits racionals, emocionals i instrumentals. També serveix com a recurs perquè els participants, en un context d'ideació en grup, puguin presentar-se a través d'un avatar.

Reflexionant sobre tres aspectes concrets (Mans, Cap i Cor) serem capaços d'entendre la totalitat d'una idea o iniciativa a més profunditat.

Guia de navegació



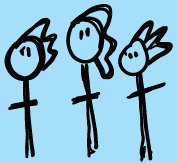
Les diapositives amb fons groc son aquelles que pots copiar directament per fer-les servir com recurs a la teva presentació.



Les diapositives amb fons blau son aquelles que et donen instruccions sobre com fer servir i com funciona la metodologia seleccionada.



La metodologia H30 és combinable amb les següents metodologies: **Co-termòmetre**, per filtrar què inclous i què no inclous al teu projecte en funció de les reflexions obtingudes a través de la metodologia H30.



Numero indefinit de participants. Els participants no es coneixen entre ells o es coneixen poc.



Imprimible de H30 (descarregar [aquí](#))

Imprimible pel dinamitzador [aquí](#)

Bolígrafs i/o retoladors de colors

Fase	En què consisteix?	Temps aprox.	Què s'espera assolir?
1	El dinamitzador explica el funcionament de l'eina H3O; fent especial èmfasi que l'eina és útil no només com a avatar de presentació, sinó també com a mitjà per facilitar la reflexió crítica de la seva idea i les seves aportacions i limitacions individuals.	5'	S'ha explicat als participants el funcionament de l'eina HHH?
2	Secció <i>Head</i> : Omplir el cap de l'avatar reflexionant sobre el valor més racional de la idea, fent-se preguntes com les següents: Què vols fer? Quina idea tens en ment? Quin és l'objectiu?	2'	Els participants han omplert la secció <i>Head</i> ?
3	Secció <i>Heart</i> : Omplir el cor de l'avatar reflexionant sobre el valor més emocional de la idea, fent-se preguntes com les següents: Per què ho vols fer? Què valores? Quines són les teves motivacions?	2'	Els participants han omplert la secció <i>Heart</i> ?
4	Secció <i>Hands</i> : Omplir les mans de l'avatar reflexionant sobre com pots utilitzar l'acció per executar la teva idea, fent-se preguntes com les següents: Quin és el valor que puc aportar a la meva idea? Què sé fer?	2'	Els participants han omplert la secció <i>Hands</i> ?
5	Secció <i>OUT</i> : Omplir els espais que queden fora de l'avatar pensant en allò que el participant no vol fer per la seva idea, fent-se preguntes com les següents: Què no vull fer? Quins són els meus límits personals?	2'	Han omplert els participants els espais de <i>limits personals</i> ?
6	Presentació de tots els avatars.	Variable	S'han posat en comú tots els resultats?
Temps total		15'	

Nom:

Customitza'm ;)

Head:

Què vull fer?

Heart:

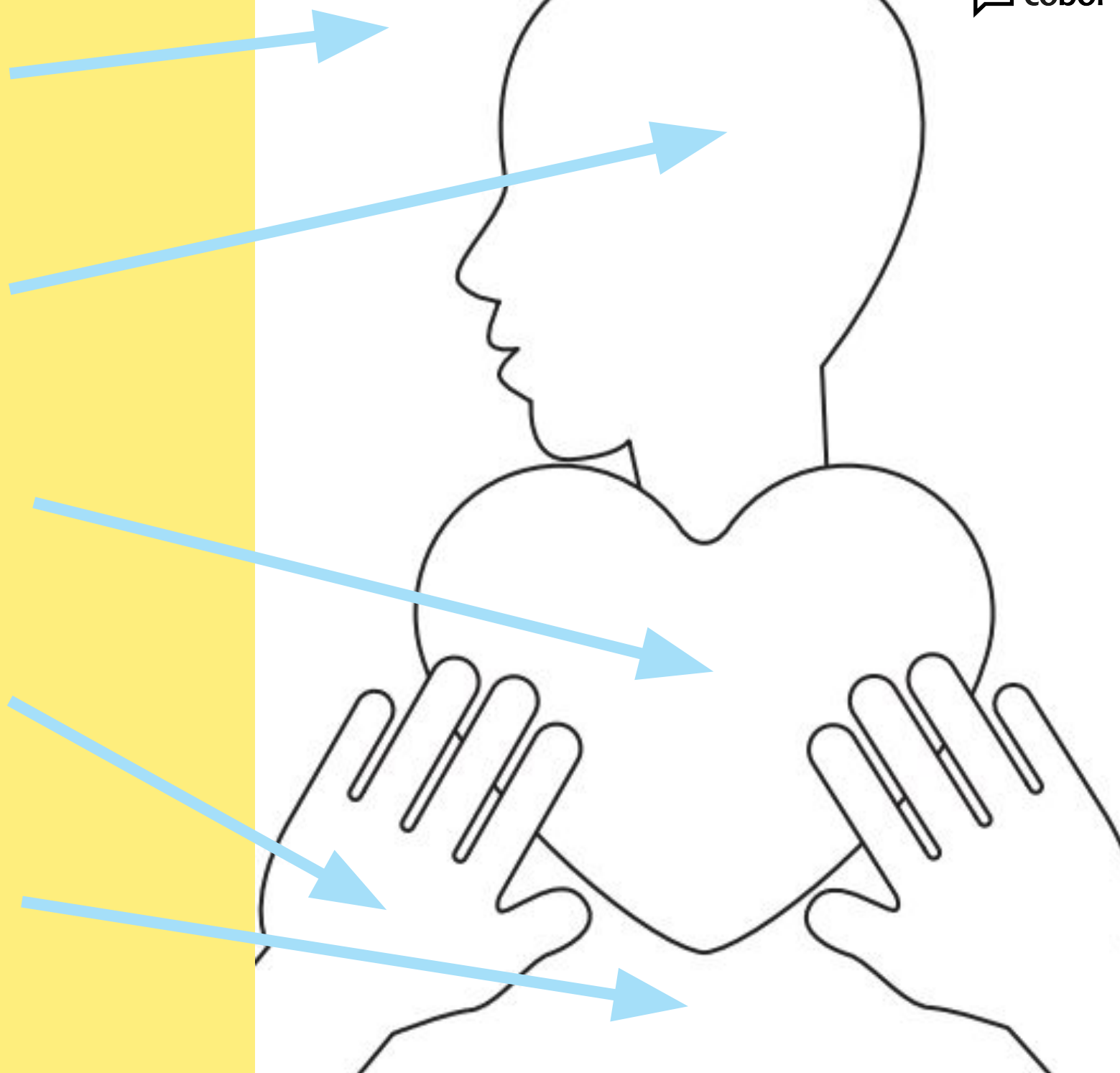
Per què vull fer-ho?

Hands:

Què puc aportar?

Out:

Què no vull fer?



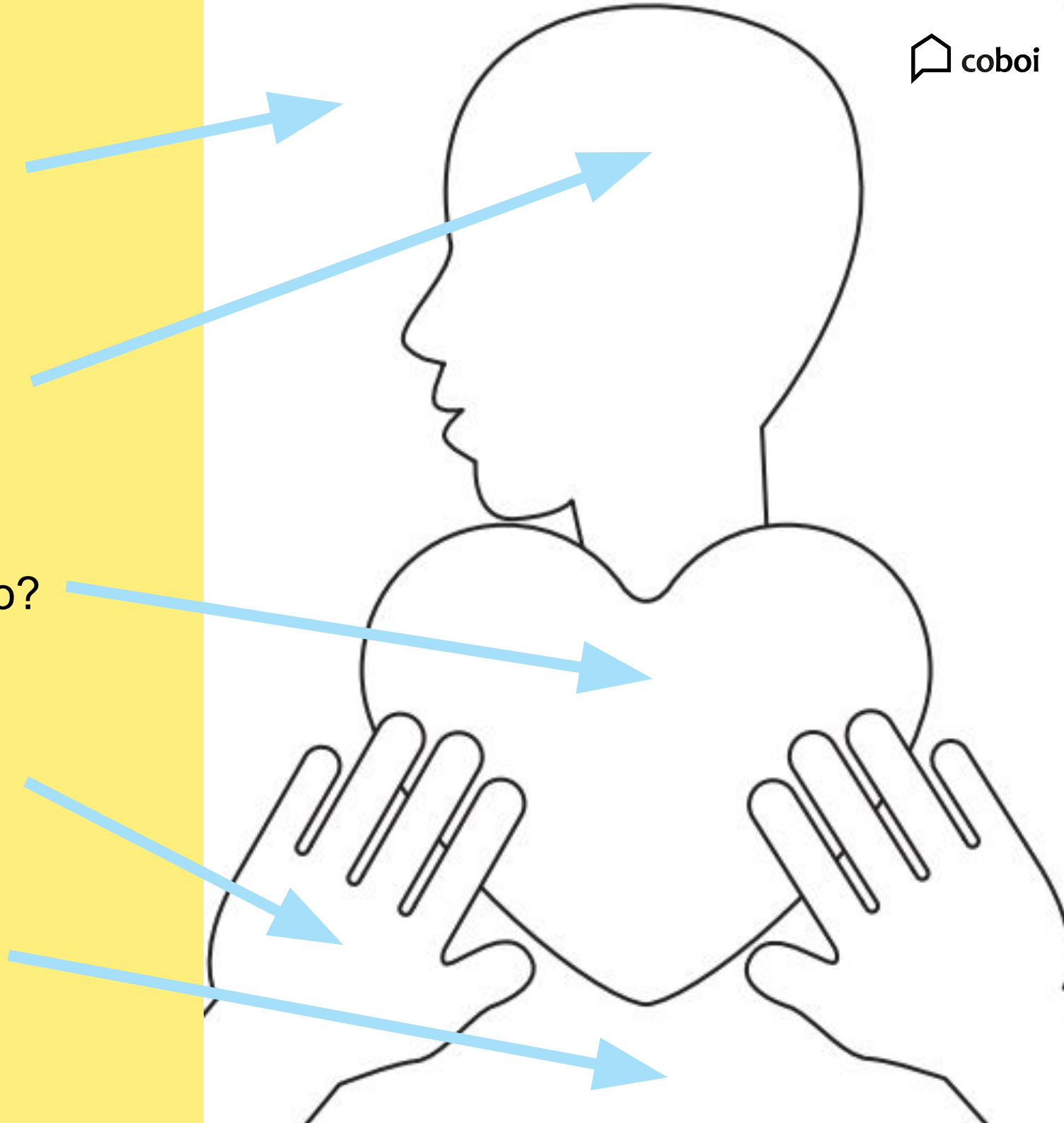
Mi nombre
y customízame!

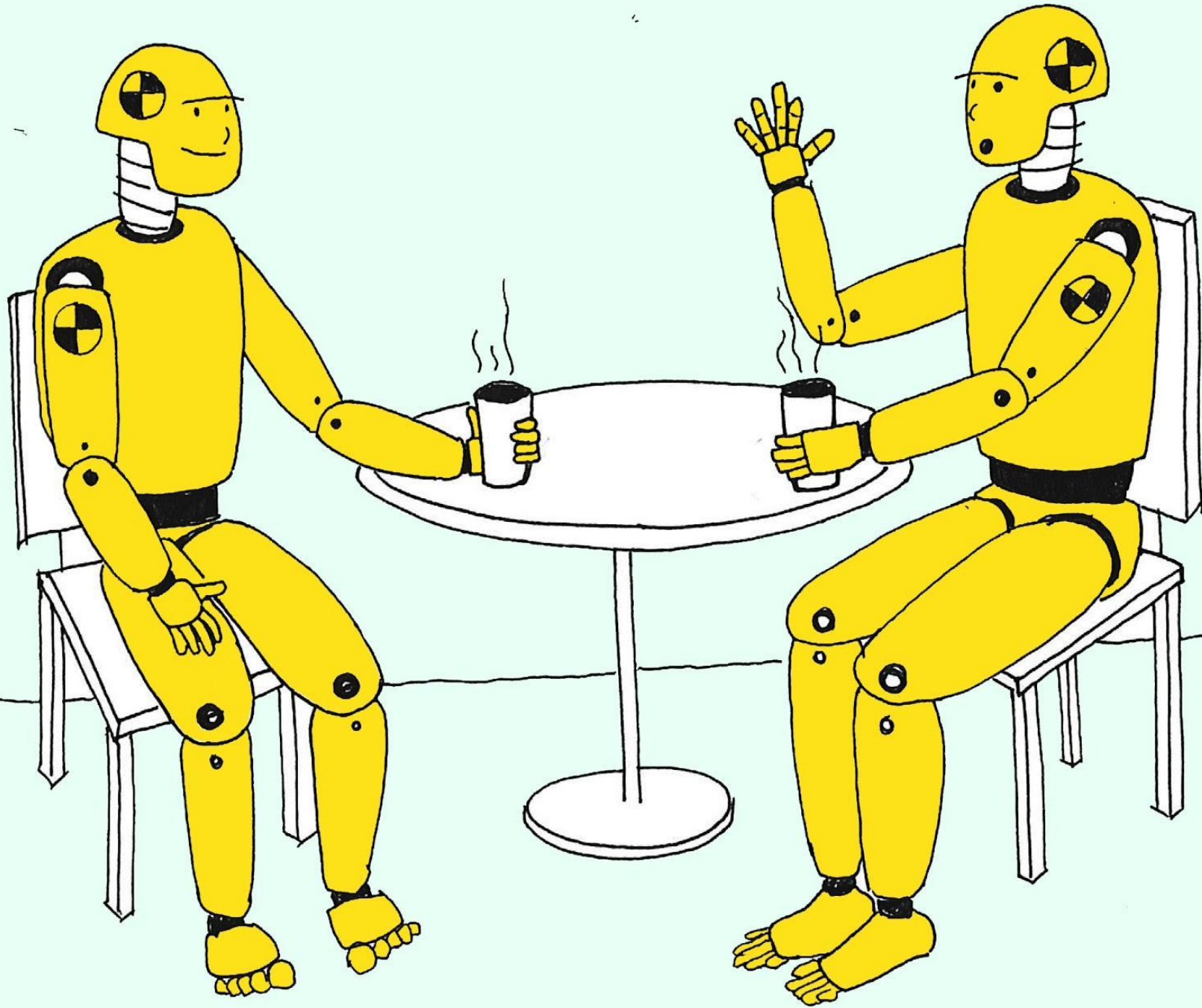
Head:
Qué quiero hacer?

Heart:
Por qué quiero hacerlo?

Hands:
Qué puedo aportar?

Out:
Qué no quiero hacer?





Títol:

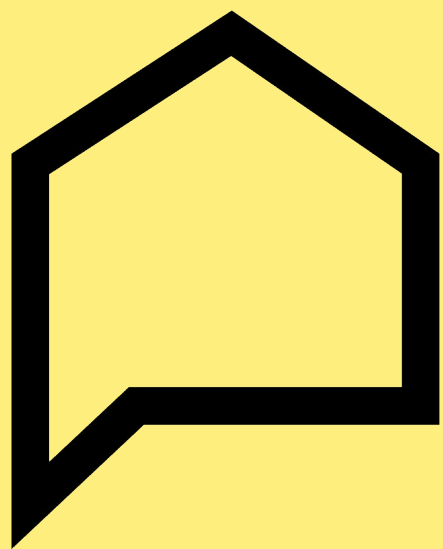
Versió: Adaptable

Col·lecció:

No et tallis i utilitza aquesta fitxa en blanc per adaptar la metodologia a les teves necessitats!

Fase	Descripció	Temps	Resultats esperats
1			
2			
3			
4			

Temps total



coboi

Laboratori d'Innovació Social



Diputació
Barcelona



AJUNTAMENT DE
SANT BOI DE LLOBREGAT

