

# PIANO DI LEZIONE

Presentato da: Istituzione per l'istruzione degli adulti - Dante

DISCOVER  
& EMPOWER

A stylized lightbulb icon with a yellow glow and radiating lines, positioned above the word 'EMPOWER' in the 'DISCOVER & EMPOWER' logo.

Co-funded by  
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the National Agency. Neither the European Union nor National Agency can be held responsible for them. Project Number: 2023-1-LT01-KA220-ADU-000156443

## Contenuti

Introduzione	2
Modulo 1: Autoconsapevolezza e autoefficacia	3
Modulo 1: Autoconsapevolezza e autoefficacia	4
Modulo 2: Problem solving	5
Modulo 2: Risoluzione dei problemi	7
Modulo 3: Pianificazione e organizzazione	9
Modulo 3: Pianificazione e organizzazione	10
Modulo 4: Collegamento in rete	11
Modulo 4: Collegamento in rete	13
Modulo 5: Definizione degli obiettivi	15
Modulo 5: Definizione degli obiettivi	16
Modulo 6: Processo decisionale	17
Modulo 6: Processo decisionale	18
Modulo 7: Comunicazione	19
Modulo 7: Comunicazione	21
Modulo 8: Adattabilità	23
Modulo 8: Adattabilità	25

# Introduzione

Nel mercato del lavoro in continua evoluzione di oggi, i giovani adulti si trovano ad affrontare un numero crescente di sfide durante la transizione dall'istruzione all'occupazione. Il progetto DISCOVER & EMPOWER è stato ideato per affrontare queste sfide, offrendo risorse educative innovative, coinvolgenti e motivanti, pensate per rispondere alle esigenze di orientamento professionale dei giovani adulti in tutta Europa. Attraverso una collaborazione tra partner provenienti da sei diversi paesi, questo progetto mira a creare un ambiente completo e di supporto in cui i giovani possano esplorare le proprie opzioni di carriera, sviluppare competenze essenziali per la gestione del percorso professionale e prendere decisioni consapevoli sul proprio futuro.

Al centro di DISCOVER & EMPOWER vi è l'impegno a promuovere l'adattabilità professionale e l'apprendimento permanente. Fornendo ai giovani adulti gli strumenti necessari per comprendere il mercato del lavoro, identificare i propri punti di forza e interessi, e prendere in mano il proprio percorso professionale, possiamo aiutarli a raggiungere il successo a lungo termine e la realizzazione personale. Il progetto mira inoltre a colmare il divario tra istruzione e lavoro, offrendo materiali educativi accessibili e di alta qualità, strumenti di autovalutazione e moduli di apprendimento in linea con le tendenze e le esigenze attuali del mercato del lavoro.

Inoltre, il progetto riconosce l'importanza della condivisione di conoscenze e buone pratiche a livello transnazionale. Sfruttando la diversità di esperienze e contesti dei paesi partecipanti, DISCOVER & EMPOWER rafforzerà le competenze degli educatori per adulti e dei professionisti dell'orientamento, permettendo loro di supportare in modo più efficace i giovani nel loro sviluppo professionale. Questo scambio di idee e strategie contribuirà alla creazione di una forza lavoro europea più inclusiva e resiliente, in grado di affrontare meglio le richieste dell'era digitale e del mercato del lavoro in evoluzione.

Lo sviluppo del Pool of Knowledge del progetto DISCOVER & EMPOWER, che comprende moduli sulle competenze per la gestione della carriera, rappresenta uno dei risultati chiave del progetto.

## Modulo 1: Autoconsapevolezza e autoefficacia

### Lezione 1: Comprendere l'autoconsapevolezza

TEMPO (minuti)	DESCRIZIONE DELL'ATTIVITÀ	METODI DI INSEGNAMENTO	MATERIALE DIDATTICO
15	Attività per rompere il ghiaccio: "Chi sono io?" I partecipanti si presentano in coppia condividendo un'abilità o una caratteristica che possiedono.	Sessione plenaria	Nessuno
30	Presentazione teorica dell'autoconsapevolezza e dell'autoefficacia, con particolare attenzione alle loro definizioni e all'importanza nella gestione della carriera.	Presentazione della teoria	Diapositive di presentazione
20	Attività di gruppo: Analisi SWOT. I partecipanti eseguono un'analisi SWOT su se stessi, identificando punti di forza, debolezze, opportunità e possibile minacce.	Lavoro di gruppo	Penne, carta
10	Conclusione: Ogni partecipante condivide un'idea che ha tratto dall'analisi SWOT.	Sessione plenaria	Lavagna a fogli mobili

## Modulo 1: Autoconsapevolezza e autoefficacia

### Lezione 2: Costruire l'autoefficacia

TEMPO (minuti)	DESCRIZIONE DELL'ATTIVITÀ	METODI DI INSEGNAMENTO	MATERIALE DIDATTICO
10	Attività per rompere il ghiaccio: "Aumento della fiducia". I partecipanti condividono un risultato recente che li ha fatti sentire sicuri di sé.	Sessione plenaria	Nessuno
30	Presentazione della teoria sull'autoefficacia, compresa la sua definizione, l'importanza e le strategie per costruirla (ad esempio, fissare piccoli obiettivi, cercare feedback).	Presentazione e della teoria	Diapositive di presentazione
20	Attività individuale: I partecipanti identificano un'area in cui mancano di fiducia e scrivono un piano per migliorare la propria autoefficacia in quell'area, utilizzando le tecniche discusse.	Lavoro individuale	Penne, carta
10	Conclusione: I volontari condividono i loro progetti e il facilitatore offre feedback e incoraggiamento.	Sessione plenaria	Lavagna a fogli mobili

## Modulo 2: Risoluzione dei problemi

### Lezione 1: Comprendere il processo di risoluzione dei problemi

TEMPO (minuti)	DESCRIZIONE DELL'ATTIVITÀ	METODI DI INSEGNAMENTO	MATERIALE DIDATTICO
15	<p><b>Attività rompighiaccio: 1-10</b></p> <p>Il facilitatore dà il benvenuto ai partecipanti, introduce l'argomento della lezione e dà le istruzioni per l'attività di rottura del ghiaccio. Sul pavimento c'è una linea immaginaria che va da uno (che rappresenta il numero 1) all'altro angolo (che rappresenta il numero 10) della stanza.</p> <p>Il facilitatore legge le seguenti affermazioni e i partecipanti si posizionano sul punto che rappresenta il loro livello di accordo con l'affermazione da 1 (= completamente in disaccordo) a 10 (= completamente d'accordo):</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Sono una persona mattiniera.</li><li>• Partecipo spesso a seminari di formazione.</li><li>• Ho esperienza nella risoluzione di problemi e ora le basi del concetto</li><li>• Ho sentito parlare del progetto Empower and discover e posso elencarne gli obiettivi.</li></ul> <p>Il facilitatore chiede ad alcuni partecipanti di spiegare la loro selezione e di commentare le informazioni fornite.</p>	<p>Sessione plenaria</p> <p>Discussione</p>	<p>Elenco delle domande</p> <p>Spazio libero per muoversi nella stanza</p>
30	<p><b>Presentazione teorica sull'introduzione al Problem Solving</b></p> <p>Il facilitatore fa un'introduzione e si concentra sulla risoluzione dei problemi come abilità, soprattutto in un ambiente di lavoro.</p>	<p>Sessione plenaria</p> <p>Presentazione della teoria</p>	<p>Presentazione 1.1.</p>

20	<p>Assegnazione del team: Punti chiave</p> <p>Divisi in squadre, i partecipanti devono scrivere 4 punti chiave che ricordano dalla presentazione, spiegarli e fornire un esempio di applicazione nella vita quotidiana.</p>	<p>Attività di squadra</p> <p>Discussione</p>	<p>Penne, carta</p>
10	<p><b>Conclusione</b></p> <p>Dopo 15 minuti, il facilitatore incoraggia ogni gruppo a condividere le proprie conclusioni con gli altri gruppi, pone ulteriori domande e fornisce un feedback.</p>	<p>Presentazione della teoria</p>	<p>Lavagna a fogli mobili</p>

## Modulo 2: Risoluzione dei problemi

Lezione 2 - Identificare i diversi tipi di problemi nell'ambiente di lavoro e implementare/valutare le soluzioni

TEMPO (minuti)	DESCRIZIONE DELL'ATTIVITÀ	METODI DI INSEGNAMENTO	MATERIALE DIDATTICO
10	<p><b>Attività per rompere il ghiaccio: Back-to-back</b></p> <p>Il facilitatore dà il benvenuto ai partecipanti, introduce l'argomento della lezione e dà le istruzioni per l'attività di rottura del ghiaccio: i partecipanti si mettono in coppia con qualcuno che non conoscono bene. Le coppie si siedono schiena contro schiena in modo da non vedersi. Ciascuno deve parlare per 2 minuti della propria esperienza sul tema dei problemi nell'ambiente di lavoro e di come risolverli. Dopo 4 minuti, i partecipanti devono formare un grande cerchio e ogni partecipante deve presentare il proprio partner al gruppo e condividere ciò che ha imparato su di lui.</p>	Sessione plenaria	Sedie disposte in cerchio
20	<p><b>Presentazione: Identificare i diversi tipi di problemi nell'ambiente di lavoro e implementare/valutare le soluzioni</b></p> <p>Il facilitatore fornisce un'introduzione e si concentra sulle tecniche per risolvere i problemi nell'ambiente di lavoro.</p>	Presentazione e della teoria Sessione plenaria	Presentazione 1.2.

30	<p><b>Brainstorming di gruppo:</b> I partecipanti saranno divisi in piccoli gruppi e verrà presentato loro un problema o uno scenario sul luogo di lavoro. Ogni gruppo si impegnerà in una sessione di brainstorming per generare potenziali soluzioni per affrontare il problema. Utilizzeranno lavagne a fogli mobili e/o post-it per registrare le idee e collaborare in modo efficace. Il facilitatore incoraggerà la creatività e guiderà i partecipanti secondo le necessità.</p>	Lavoro di gruppo	Penna, carta Parola_1.2.
15	<p><b>Valutazione</b> Ai partecipanti viene chiesto di riflettere sulla sessione utilizzando i gesti del pollice in su o del pollice in giù:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Capisco i tipi di problemi sul posto di lavoro = Pollici in su</li> <li>● Non capisco i tipi di problemi sul posto di lavoro = pollice in giù</li> <li>● Non sono del tutto sicuro dei tipi di problemi sul posto di lavoro= pollici di lato</li> </ul> <p>Dopo aver selezionato i gesti, i partecipanti forniscono ulteriori informazioni sul motivo per cui hanno scelto quel particolare gesto. Il facilitatore verifica di quale ulteriore supporto avrebbero avuto bisogno se avessero scelto il pollice in giù o di lato.</p>	Sessione plenaria	Penne, carta, post-it

## Modulo 3: Pianificazione e organizzazione

### Lezione 1: Pianificazione efficace

TEMPO (minuti)	DESCRIZIONE DELL'ATTIVITÀ	METODI DI INSEGNAMENTO	MATERIALE DIDATTICO
10	Attività per rompere il ghiaccio: "Pianifica la tua giornata". I partecipanti descrivono una giornata tipo della loro vita, evidenziando come pianificano il loro tempo.	Sessione plenaria	Nessuno
30	Presentazione teorica sulle tecniche di pianificazione, compresa la definizione delle priorità e la gestione del tempo.	Presentazione della teoria	Diapositive di presentazione
30	Attività di gruppo: I partecipanti lavorano in gruppo per creare un piano settimanale per un progetto, assegnando compiti e scadenze.	Lavoro di gruppo	Lavagna a fogli mobili, pennarelli
10	Conclusione: I gruppi presentano i loro piani e il facilitatore discute i punti di forza e le aree di miglioramento.	Sessione plenaria	Lavagna a fogli mobili

## Modulo 3: Pianificazione e organizzazione

### Lezione 2: Organizzarsi per il successo

TEMPO (minuti)	DESCRIZIONE DELL'ATTIVITÀ	METODI DI INSEGNAMENTO	MATERIALE DIDATTICO
10	Attività per rompere il ghiaccio: "Organizza il tuo spazio". I partecipanti descrivono come organizzano il loro spazio di lavoro e perché funziona per loro.	Sessione plenaria	Nessuno
30	Presentazione teorica delle tecniche organizzative, compresi gli strumenti e i metodi per mantenere un ambiente di lavoro organizzato.	Presentazione della teoria	Diapositive di presentazione
20	Attività individuale: I partecipanti sviluppano un piano d'azione per organizzare meglio il proprio spazio di lavoro o il flusso di lavoro.	Lavoro individuale	Penne, carta
10	Conclusione: I partecipanti condividono i loro piani d'azione e il facilitatore offre feedback e suggerimenti aggiuntivi.	Sessione plenaria	Lavagna a fogli mobili

## Modulo 4: Collegamento in rete

### Lezione 1 - Definizione del networking e della sua importanza

TEMPO (minuti)	DESCRIZIONE DELL'ATTIVITÀ	METODI DI INSEGNAMENTO	MATERIALE DIDATTICO
15	<p><b>Attività per rompere il ghiaccio:</b> <b>1) Attività di rompighiaccio: Speed date</b></p> <p>Il facilitatore dà il benvenuto ai partecipanti, introduce l'argomento della lezione e dà le istruzioni per l'attività di rottura del ghiaccio.</p> <p>I partecipanti si siedono in due cerchi concentrici, uno di fronte all'altro. I partecipanti hanno 2-3 minuti per presentarsi e condividere come e perché partecipano a questa formazione e una cosa che è più importante per loro imparare.</p> <p>Dopo 2-3 minuti, il facilitatore segnala al gruppo che i partecipanti devono cambiare partner, ad esempio i partecipanti del cerchio esterno si spostano di un posto a destra.</p> <p>Dopo che i partecipanti hanno parlato con almeno tre persone, il facilitatore chiede ai partecipanti di condividere con chi hanno parlato e le loro intuizioni (ad esempio, somiglianze, differenze, qualcosa di interessante o sorprendente).</p>	Discussione	Lavagna, pennarello

25	<p><b>Presentazione teorica: Esplorare i tipi di opportunità di networking</b></p> <p>Il facilitatore terrà una presentazione che esplorerà i diversi tipi di opportunità di networking.</p>	Presentazione e della teoria	Presentazione e 3.1.
25	<p><b>Attività di gruppo: Simulazione di rete</b></p> <p>I partecipanti si cimenteranno in un'attività di simulazione di rete in cui interpreteranno vari scenari di rete. A ogni gruppo verrà assegnato uno specifico scenario di networking e verranno assegnati dei ruoli da interpretare. I partecipanti si eserciteranno a presentarsi, a scambiare informazioni di contatto, a intraprendere conversazioni significative e a seguire l'evento. Dopo la simulazione, i gruppi si riuniranno per fare un debriefing e discutere le loro esperienze, condividendo le intuizioni e le lezioni apprese dall'attività.</p> <p>Dopo la simulazione, i gruppi si riuniranno per fare un debriefing e discutere le loro esperienze, condividendo le intuizioni e le lezioni apprese dall'attività.</p>	<p>Attività di squadra</p> <p>Discussione</p> <p>Presentazione e del risultato</p>	<p>Word - Linee guida per il gioco di ruolo</p> <p>Penne e carta</p>
10	<p><b>Valutazione</b></p> <p>Ai partecipanti viene chiesto di condividere la cosa più e meno interessante che hanno sentito in questa lezione.</p> <p>Il facilitatore offre l'opportunità di condividere ulteriori esperienze.</p>	<p>Sessione plenaria</p> <p>Discussione</p>	<p>Penne, carta,</p>

## Modulo 4: Collegamento in rete

### Lezione 2 - Tipi di opportunità di networking

TEMPO (minuti)	DESCRIZIONE DELL'ATTIVITÀ	METODI DI INSEGNAMENTO	MATERIALE DIDATTICO
15	<p><b>Attività più calde: Associazioni</b></p> <p>Il facilitatore dà il benvenuto ai partecipanti, introduce l'argomento della lezione e inizia l'attività di riscaldamento. Il facilitatore lancia una palla a uno dei partecipanti e gli assegna un termine - eventi di networking. Il loro compito è quello di dire rapidamente la prima parola che viene in mente. L'attività continua finché tutti i partecipanti non hanno condiviso le loro parole e associazioni.</p> <p>Il facilitatore commenta alcune scelte e chiede ai partecipanti se hanno avuto le stesse associazioni con le parole, commentando che abbiamo prospettive ed esperienze diverse legate allo stesso concetto.</p>	Discussione	Lavagna, pennarello
25	<p><b>Presentazione teorica: Esplorare i tipi di sviluppo delle opportunità di rete</b></p> <p>Il facilitatore terrà una presentazione che esplorerà i diversi tipi di opportunità di networking. I punti chiave trattati comprendono: Spiegazione dei diversi percorsi di networking come incontri sociali, eventi professionali, conferenze di settore, piattaforme online, ecc. Suggerimenti per massimizzare l'efficacia del networking in diversi contesti.</p>	Presentazione e della teoria	Presentazione e 3.2.

25	<p><b>Incarico di squadra: Come incoraggiare il networking</b>          Il facilitatore divide i partecipanti in gruppi più piccoli. Il compito è quello di presentare agli altri gruppi quali sono i vantaggi e le sfide del networking per loro.          Dopo 15 minuti, i gruppi condividono i loro risultati e il facilitatore fa una conclusione sull'esercizio e sull'eventuale presenza di somiglianze tra i gruppi.</p>	<p>Attività di squadra          Discussione          Presentazione e del risultato</p>	<p>Penne, carta</p>
10	<p><b>Valutazione</b>          Il facilitatore chiede ai partecipanti di elencare le idee chiave della lezione e il motivo per cui sono state importanti. Il facilitatore chiede ad alcuni partecipanti di condividere le loro idee e i loro commenti.</p>	<p>Sessione plenaria          Discussione</p>	<p>Penne, carte</p>

## Modulo 5: Definizione degli obiettivi

### Lezione 1: Introduzione alla definizione degli obiettivi

TEMPO (minuti)	DESCRIZIONE DELL'ATTIVITÀ	METODI DI INSEGNAMENTO	MATERIALE DIDATTICO
10	Attività per rompere il ghiaccio: "Sogna in grande". I partecipanti condividono un lavoro o un obiettivo dei loro sogni, contribuendo a introdurre il concetto della definizione degli obiettivi.	Sessione plenaria	Nessuno
25	Presentazione teorica degli obiettivi SMART (Specific, Measurable, Achievable, Relevant, Time-bound) e del loro ruolo nella gestione della carriera.	Presentazione della teoria	Diapositive di presentazione
25	Attività individuale: I partecipanti elaborano un obiettivo SMART relativo alla loro carriera e delineano i passi necessari per raggiungerlo.	Lavoro individuale	Penne, carta
10	Conclusione: I volontari condividono i loro obiettivi SMART e il facilitatore fornisce feedback e indicazioni.	Sessione plenaria	Lavagna a fogli mobili

## Modulo 5: Definizione degli obiettivi

### Lezione 2: Implementazione e monitoraggio degli obiettivi

TEMPO (minuti)	DESCRIZIONE DELL'ATTIVITÀ	METODI DI INSEGNAMENTO	MATERIALE DIDATTICO
10	Attività per rompere il ghiaccio: "Chi sono io?" I partecipanti si presentano in coppia condividendo un'abilità o una caratteristica unica che possiedono.	Sessione plenaria	Nessuno
30	Presentazione teorica sulle strategie per l'attuazione e il monitoraggio degli obiettivi, compreso il monitoraggio dei progressi e l'adeguamento dei piani in base alle necessità.	Presentazione della teoria	Diapositive di presentazione
20	Attività di gruppo: I partecipanti discutono i potenziali ostacoli al raggiungimento dei loro obiettivi e fanno un brainstorming sulle strategie per superarli.	Lavoro di gruppo	Penne, carta
10	Conclusione: I gruppi condividono le loro strategie e il facilitatore riassume i punti chiave e offre ulteriori suggerimenti.	Sessione plenaria	Lavagna a fogli mobili

## Modulo 6: Processo decisionale

### Lezione 1: Prendere decisioni efficaci

TEMPO (minuti)	DESCRIZIONE DELL'ATTIVITÀ	METODI DI INSEGNAMENTO	MATERIALE DIDATTICO
10	Attività per rompere il ghiaccio: "Dilemmi decisionali". I partecipanti discutono di una decisione recente che hanno dovuto prendere e del suo esito, introducendo il tema del processo decisionale.	Sessione plenaria	Nessuno
30	Presentazione teorica dei modelli e delle tecniche decisionali, come il modello DECIDE (Define, Establish, Consider, Identify, Develop, Evaluate).	Presentazione della teoria	Diapositive di presentazione
20	Analisi dello scenario: I partecipanti ricevono uno scenario lavorativo e devono utilizzare un modello decisionale per determinare la migliore linea d'azione.	Analisi dello scenario: I partecipanti ricevono uno scenario lavorativo e devono utilizzare un modello decisionale per determinare la migliore linea d'azione.	Penne, carta
10	Conclusione: I gruppi condividono le loro decisioni e i loro ragionamenti, con il feedback del facilitatore e la discussione su approcci alternativi.	Sessione plenaria	Lavagna a fogli mobili

## Modulo 6: Processo decisionale

### Lezione 2: Valutare le decisioni

TEMPO (minuti)	DESCRIZIONE DELL'ATTIVITÀ	METODI DI INSEGNAMENTO	MATERIALE DIDATTICO
10	Attività per rompere il ghiaccio: "Decisioni migliori e peggiori". I partecipanti condividono le decisioni migliori e peggiori che hanno preso, e i relativi risultati.	Sessione plenaria	Nessuno
30	Presentazione teorica sulla valutazione delle decisioni, compresi i metodi per valutare i risultati e imparare dagli errori.	Presentazione della teoria	Diapositive di presentazione
20	Attività di gruppo: I partecipanti esaminano un caso di studio di una decisione presa in un contesto aziendale e ne valutano l'efficacia utilizzando i criteri forniti.	Lavoro di gruppo	Dispense sui casi di studio, penne
10	Conclusione: I gruppi presentano le loro valutazioni e il facilitatore riassume le lezioni apprese e le migliori pratiche per i futuri processi decisionali.	Sessione plenaria	Lavagna a fogli mobili

## Modulo 7: Comunicazione

### Lezione 1 - Comprendere le basi della comunicazione

TEMPO (minuti)	DESCRIZIONE DELL'ATTIVITÀ	METODI DI INSEGNAMENTO	MATERIALE DIDATTICO
15	<p><b>Attività introduttiva:</b> Il facilitatore introduce l'argomento della lezione e dà le istruzioni per l'attività introduttiva: tutti devono fare delle associazioni per la parola <i>comunicazione</i> e iniziare a scriverle su una lavagna. Una breve discussione si terrà dopo aver scritto 5-8 associazioni. L'obiettivo principale è consentire ai partecipanti di riflettere sul significato di comunicazione in modo semplice e rilassato, su quale sia la loro associazione con la parola e su come definirla. Il facilitatore può raggruppare alcune parole che sono simili in un certo modo.</p>	Discussione	Lavagna, pennarello
20	<p><b>Presentazione della teoria: Caratteristiche principali della comunicazione, differenza tra verbale e non verbale, importanza di una buona comunicazione di lavoro.</b> Il facilitatore terrà una presentazione sulle caratteristiche principali della comunicazione, sulla differenza tra comunicazione verbale e non verbale e sull'importanza di una buona comunicazione sul posto di lavoro. La presentazione evidenzierà l'importanza di una comunicazione chiara ed efficace sul posto di lavoro, l'impatto dei segnali non verbali sulla comunicazione e l'importanza delle pratiche</p>	Presentazione e della teoria	Presentazione e 2.1.

	di comunicazione professionale online e nella vita reale.		
35	<p><b>Assegnazione del team: Stili di comunicazione</b>  I partecipanti saranno divisi in piccoli gruppi per discutere i diversi stili di comunicazione. Ogni gruppo può scegliere quale tipo di stile di comunicazione analizzare: assertivo, aggressivo, passivo e passivo-aggressivo, e identificarne le caratteristiche, i vantaggi e gli svantaggi. Discuteranno anche le situazioni in cui ogni stile può essere appropriato o inefficace. I gruppi presenteranno poi i loro risultati e le loro intuizioni alla classe.</p>	<p>Attività di squadra</p> <p>Discussione</p>	<p>Penne, carta</p>
10	<p><b>Valutazione</b>  Ai partecipanti viene chiesto di condividere la cosa più e meno interessante che hanno sentito in questa lezione.</p> <p>Il facilitatore offre l'opportunità di condividere ulteriori esperienze.</p>	<p>Sessione plenaria</p> <p>Discussione</p>	<p>Penne, carte</p>

## Modulo 7: Comunicazione

### Lezione 2 - Comunicazione verbale e non verbale

TEMPO (minuti)	DESCRIZIONE DELL'ATTIVITÀ	METODI DI INSEGNAMENTO	MATERIALE DIDATTICO
10	<p><b>Attività più calde: Questo o quello</b></p> <p>Il facilitatore dà il benvenuto ai partecipanti, introduce l'argomento della lezione e inizia l'attività di riscaldamento.</p> <p>Il facilitatore scorre l'elenco delle opzioni fornite di seguito e chiede ai partecipanti di posizionarsi nell'angolo della stanza (ad esempio a destra o a sinistra) che rappresenta la loro preferenza:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Notte o mattina?</li><li>• Caffè o tè?</li><li>• Istruzione o esperienza?</li><li>• Comprati in negozio o fatti in casa?</li><li>• Auto o bicicletta?</li><li>• Treno o aereo?</li></ul>	Sessione plenaria	Elenco delle opzioni  Spazio libero per muoversi nella stanza

	Il facilitatore chiede ad alcuni partecipanti di spiegare la loro scelta. A seconda delle risposte (lunghe) dei partecipanti, il facilitatore può tralasciare alcune delle opzioni elencate.		
15	<p><b>Presentazione di una teoria sulla comprensione della comunicazione verbale e non verbale.</b></p> <p>Il facilitatore introduce brevemente le caratteristiche della comunicazione verbale e non verbale.</p>	<p>Sessione plenaria</p> <p>Presentazione</p>	<p>Presentazione di PowerPoint 2.2.</p>
35	<p><b>Attività di gruppo: Analisi degli indizi verbali e non verbali nell'ambiente di lavoro</b></p> <p>Il facilitatore divide il gruppo in 3 squadre (2-3 partecipanti per squadra). e fornisce le dispense degli scenari. Ogni gruppo analizzerà gli scenari per identificare gli indizi verbali e non verbali esibiti dalle persone coinvolte. Discuteranno l'impatto di questi segnali sulla comunicazione e come possono influenzare l'esito dello scenario. I gruppi presenteranno poi le loro analisi alla classe utilizzando delle lavagne a fogli mobili.</p> <p>Il facilitatore condurrà una discussione conclusiva che riassumerà gli insegnamenti chiave della lezione. I partecipanti avranno l'opportunità di condividere le intuizioni acquisite dall'attività di gruppo e di porre eventuali domande.</p>	<p>Attività di squadra</p>	<p>Penne, fogli, lavagna a fogli mobili</p> <p>Word - Dispensa sullo scenario</p>
15	<p><b>Valutazione</b></p> <p>A coppie, i partecipanti condividono due cose che hanno imparato durante la sessione e poi riferiscono all'intero gruppo.</p> <p>Il facilitatore commenta e ringrazia i partecipanti.</p>	<p>Lavoro a coppie</p> <p>Sessione plenaria</p>	

## Modulo 8: Adattabilità

### Lezione 1 - Definizione di adattabilità e sua importanza

TEMPO (minuti)	DESCRIZIONE DELL'ATTIVITÀ	METODI DI INSEGNAMENTO	MATERIALE DIDATTICO
10	<b>Attività più calde:</b> Il facilitatore dà il benvenuto ai partecipanti, introduce l'argomento della lezione e chiede informazioni sulle loro precedenti esperienze in materia di adattabilità: Quanto siete bravi ad adattarvi al vostro ambiente di lavoro? Quali sono, secondo lei, i suoi maggiori punti di forza e le sue maggiori sfide quando si tratta di adattarsi?	Discussione	Lavagna, pennarello
25	<b>Presentazione della teoria: Definizione di adattabilità e sua importanza</b> L'istruttore terrà una presentazione per definire la capacità di adattamento e spiegarne l'importanza sul posto di lavoro.	Presentazione e della teoria	Presentazione e 4.1.

25	<p><b>Incarico di squadra: Riconoscere la necessità di adattamento</b></p> <p>I partecipanti si impegneranno in una discussione di gruppo per approfondire l'importanza dell'adattabilità. Discuteranno di:          Scenari comuni sul posto di lavoro che richiedono adattabilità.          Esperienze personali di adattamento ai cambiamenti sul posto di lavoro.          Strategie per riconoscere la necessità di adattamento e superare la resistenza al cambiamento.          Dopo 15-20 minuti, i gruppi condividono le loro esperienze e il facilitatore cerca di trovare delle analogie tra le loro scelte.</p>	<p>Attività di squadra</p> <p>Discussione</p> <p>Presentazione e del risultato</p>	<p>Penne, carta</p>
15	<p><b>Valutazione</b></p> <p>Ai partecipanti viene chiesto di condividere 1 informazione chiave che ritengono più utile.</p> <p>Il facilitatore offre l'opportunità di condividere ulteriori esperienze.</p>	<p>Sessione plenaria</p> <p>Discussione</p>	<p>Penne, carte</p>

## Modulo 8: Adattabilità

### Lezione 2 - Sviluppare la resilienza e la flessibilità

TEMPO (minuti)	DESCRIZIONE DELL'ATTIVITÀ	METODI DI INSEGNAMENTO	MATERIALE DIDATTICO
10	<p><b>Attività più calde: Esperienza precedente</b></p> <p>Il facilitatore dà il benvenuto ai partecipanti, introduce l'argomento della lezione e chiede informazioni sulle loro precedenti esperienze con i valutatori esterni, la valutazione finale e la certificazione.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Avete avuto un'esperienza con un valutatore esterno o di esserlo? In caso affermativo, fornisci un esempio.</li><li>• Ha mai partecipato a una valutazione finale? Se sì, spieghi come.</li><li>• Avete mai partecipato a un processo di certificazione? Se sì, spiegate come.</li></ul>	Discussione	Lavagna, pennarello
25	<p><b>Presentazione della teoria Strategie di costruzione della resilienza</b></p> <p>Il facilitatore fa una presentazione sulle strategie di costruzione della resilienza.</p>	Presentazione e della teoria	Presentazione e 4.2.

30	<p><b>Incarico di squadra: Workshop sulle abilità di adattamento</b></p> <p>I partecipanti parteciperanno a un workshop pratico incentrato sullo sviluppo di abilità pratiche di adattabilità attraverso esercizi interattivi e discussioni. Il workshop sarà suddiviso in diverse stazioni, ognuna delle quali si concentrerà su aspetti diversi dell'adattabilità, come la risoluzione dei problemi, la flessibilità e la resilienza.</p> <p>In ogni stazione, i partecipanti ruoteranno attraverso varie attività progettate per migliorare le abilità specifiche di adattamento.</p>	<p>Attività di squadra</p> <p>Discussione</p>	<p>Penne, carta</p> <p>Spazio per muoversi</p>
10	<p><b>Valutazione</b></p> <p>I partecipanti condividono con il gruppo quanto si sentono sicuri su una scala da 1 a 5 (1=meno sicuri, 5=più sicuri) riguardo alla lezione.</p> <p>Il facilitatore commenta e ringrazia i partecipanti per la loro partecipazione.</p>	<p>Sessione plenaria</p> <p>Discussione</p>	<p>Penne, carte</p>

DISCOVER  
& EMPOWER



Co-funded by  
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the National Agency. Neither the European Union nor National Agency can be held responsible for them. Project Number: 2023-1-LT01-KA220-ADU-000156443