



Comp-Up

MOTIVATE ADULTS
TO IMPROVE BASIC
COMPETENCES



Co funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.

comp-up.erasmus.site/
facebook.com/compupmotivateadults/



Comp-Up

MOTIVATE ADULTS TO IMPROVE
BASIC COMPETENCES

*motivation support
empowerment*

*basic skills
personal develop*



IO4. Toolkit Motivazionale COMP-UP

Numero del progetto: 2019-1-IT02-KA204-063179

Durata del progetto: 01/11/2019 – 31/12/2021

Supporto finanziario: Commissione Europea, Programma Erasmus+

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





Contenuti

Contenuti	3
Introduzione.....	5
1. ICEBREAKERS	8
1.1 Informazioni generali e breve introduzione agli obiettivi dell'unità.....	8
1.2 Risorse necessarie	9
1.3 Durata.....	9
1.4 Istruzioni per l'educatore su come implementare le attività	10
Attività n° 1 – Posizione sociometrica.....	10
Attività n° 2 – # Hashtag #.....	10
Attività n° 3 – Il miglior posto.....	11
1.5 Variazioni (come adattare le attività a gruppi target specifici e possibili fattori di rischio durante l'implementazione).....	11
Attività n° 1 – Posizione sociometrica.....	11
Attività n° 2 – # Hashtag #.....	12
Attività n° 3 – Il miglior posto.....	12
1.6 Consigli e suggerimenti utili per gli educatori	12
2. COMUNICAZIONE	13
2.1 Informazioni generali e breve introduzione agli obiettivi dell'unità.....	13
2.2 Risorse necessarie	13
2.3 Durata.....	14
2.4 Istruzioni per l'educatore su come implementare le attività	14
Attività n° 1 – Colloquio di lavoro.....	14
Attività n° 2 – Ascolto attivo.....	15
Attività n° 3 – Stili comunicativi diversi.....	16
2.5 Variazioni (come adattare le attività a gruppi target specifici e possibili fattori di rischio durante l'implementazione).....	16
2.6 Consigli e suggerimenti utili per gli educatori	17
2.7 Dispense da distribuire ai partecipanti	17
3. SUPERARE LE BARRIERE	18
3.1 Informazioni generali e breve introduzione agli obiettivi dell'unità.....	18
3.2 Risorse necessarie	19
3.3 Durata.....	19





3.4	Istruzioni per l'educatore su come implementare le attività	19
	Attività n° 1 – “Perché?” (diapositive 1-7 del PowerPoint).....	19
	Attività n° 2 – Immaginando il successo e storie positive di raggiungimento degli obiettivi (diapositive 8-10 del PowerPoint)	20
	Attività n° 3 – Paure capovolte (diapositive 11-14 del PowerPoint)	20
	Attività n° 4 – Mettendo i pezzi del puzzle insieme (diapositiva 15 del PowerPoint)	21
	Attività n° 5 – Risoluzione dei problemi in quattro passaggi (diapositive 17-22 del PowerPoint) ...	22
3.5	Variazioni (come adattare le attività a gruppi target specifici e possibili fattori di rischio durante l'implementazione)	23
3.6	Consigli e suggerimenti utili per gli educatori	24
4.	ESIGENZE DI FORMAZIONE	25
4.1	Informazioni generali e breve introduzione agli obiettivi dell'unità.....	25
4.2	Risorse necessarie.....	25
4.3	Durata.....	25
4.4	Istruzioni per l'educatore su come implementare le attività	25
	Attività n° 2: Valutazione delle capacità matematiche – Trio	26
	Attività n° 3: Valutazione delle competenze digitali – Elenco di controllo delle competenze digitali essenziali	28
4.5	Dispense da distribuire ai partecipanti	28
5.	STILI DI APPRENDIMENTO.....	29
5.1	Informazioni generali e breve introduzione agli obiettivi dell'unità.....	29
5.2	Risorse necessarie.....	30
5.3	Durata.....	30
5.4	Istruzioni per l'educatore su come implementare le attività	30
	Attività n° 1 – Scopri gli stili di apprendimento.....	30
	Attività n° 2 – Passeggiata in galleria.....	31
	Attività n° 3 – Costruire una bicicletta.....	32
5.5	Variazioni (come adattare le attività a gruppi target specifici e possibili fattori di rischio durante l'implementazione)	34
5.6	Consigli e suggerimenti utili per gli educatori	34
5.7	Dispense da distribuire ai partecipanti	34





Introduzione

Secondo l'indagine [PIAAC Survey of Adult Skills](#) di valutazione e analisi delle competenze degli adulti, circa 70 milioni di europei hanno difficoltà nella lettura e nella scrittura di base, nel calcolo e nell'utilizzo di strumenti digitali nella vita di tutti i giorni. La mancanza di queste competenze rende difficile svolgere diverse attività quotidiane e rappresenta una barriera all'inclusione sociale e lavorativa. L'importanza dell'alfabetizzazione digitale è stata evidenziata nel 2010 quando la Commissione Europea l'ha riconosciuta come una delle otto competenze chiave che ogni cittadino europeo dovrebbe padroneggiare in base all'Agenda Digitale Europea (*Digital Agenda for Europe*).

In risposta a questa esigenza, il Consiglio Europeo ha adottato la "Raccomandazione sui percorsi di miglioramento delle competenze" (*Recommendation on Upskilling Pathways*) per promuovere lo sviluppo di servizi di alta qualità accessibili a tutti, con il fine di aiutare gli adulti ad acquisire un livello minimo di alfabetizzazione, calcolo e abilità digitali.

Il consorzio COMP-UP, in base alla propria esperienza con adulti svantaggiati e scarsamente qualificati, risponde a questa raccomandazione proponendo un programma formativo rivolto ai professionisti dell'educazione degli adulti, i cosiddetti AEP (*Adult Education Professionals*), perché ritiene che l'aggiornamento delle loro competenze sia importante per contribuire al miglioramento dell'alfabetizzazione, delle competenze matematiche e delle abilità digitali dei discenti adulti.

Coinvolgere e motivare i discenti adulti poco qualificati è uno degli obiettivi chiave del progetto COMP-UP. Si definisce come *motivazione* quel processo psicologico responsabile dell'avvio, del mantenimento, del sostegno o dell'arresto di un comportamento. In un certo senso è la forza che ci spinge ad agire e a pensare in un modo piuttosto che in un altro. Si conviene che la motivazione sia basata sull'interazione di fattori intrinseci (o interni) ed estrinseci (esterni). Mentre i fattori motivazionali intrinseci sono specifici dell'individuo, cioè si riferiscono alla sua percezione di sé e della situazione, al piacere e alla soddisfazione che trae da un'attività, i fattori motivazionali estrinseci si riferiscono al contesto di apprendimento, ai mezzi che possono incoraggiare il discente a perseguire un dato obiettivo.

Pertanto gli educatori degli adulti hanno un compito complesso da assolvere a riguardo: quello di animare i propri allievi adulti ad iscriversi ad un programma educativo o formativo e di motivarli, innescando la loro intrinseca, primaria motivazione all'apprendimento, e quindi quello di aiutarli a superare la loro avversione all'apprendimento e al cambiamento, mantenendoli nell'istruzione, persuadendoli che l'istruzione riguarda l'acquisizione di potere sociale e un modo per costruire il proprio futuro (compresa una loro futura carriera professionale).

I professionisti dell'educazione degli adulti devono adattare i corsi e le attività alle esigenze che hanno individuato nei loro discenti e potrebbero dover sviluppare misure ad hoc per



rendere i percorsi di apprendimento attraenti ai loro occhi. Gli AEP lo devono fare non solo attraverso lo sviluppo di offerte di apprendimento personalizzate su misura, che sono cruciali, ma anche prestando particolare attenzione alle esigenze specifiche dei diversi gruppi di discenti adulti vulnerabili con cui lavorano.

Per attirare i discenti con un basso livello di istruzione verso l'istruzione e mantenerne alta la motivazione è fondamentale conoscere loro e le loro storie di vita. In questo modo è più facile sostenerli e orientarli prima, durante e dopo un percorso formativo. Ricordare i loro nomi fin dall'inizio e prendere in considerazione ciò che dicono dandogli credito e interagendo è essenziale.

L'obiettivo del **Toolkit Motivazionale Comp-UP**, che è una “cassetta degli attrezzi” per sostenere la motivazione dei discenti, è quello di fornire agli AEP sia istruzioni dettagliate che una raccolta di risorse per implementare laboratori motivazionali nel loro lavoro quotidiano al fine di motivare i discenti adulti a migliorare le proprie capacità di lettura, di calcolo e digitali.

Pertanto, il Toolkit serve a supportare efficacemente i professionisti dell'educazione degli adulti che lavorano con discenti adulti poco qualificati nell'organizzazione e nell'attuazione di laboratori motivazionali fornendo loro istruzioni dettagliate su come svolgere diversi tipi di attività, nonché risorse, tecniche e materiali che possono utilizzare direttamente durante la realizzazione della formazione e relativi laboratori. Inoltre, i laboratori descritti prendono in considerazione diverse tipologie specifiche di adulti svantaggiati che potrebbero partecipare ai laboratori, per esempio gli immigrati o i disabili.

Il Toolkit è strutturato in cinque sezioni. Prima di tutto si concentra sull'importanza di stabilire un legame e una relazione di fiducia con il gruppo target di adulti scarsamente qualificati poiché questo è il primo e più importante passo da fare per sostenerne la motivazione durante il loro processo di apprendimento. Le cinque sezioni in cui sono organizzati gli strumenti e i suggerimenti del Toolkit sono le seguenti:

- 1) ICEBREAKERS – per consentire ai partecipanti di conoscersi tra di loro, incoraggiare la comunicazione e l'interazione reciproca, costruire la fiducia tra i membri del gruppo;
- 2) COMUNICAZIONE – per far esplorare ai partecipanti i propri stili di comunicazione (verbali e non verbali) al fine di aiutarli ad apprezzare l'insieme delle loro abilità e comprendere l'effetto del loro stile di comunicazione sugli altri;
- 3) BARRIERE – per far riflettere i partecipanti sui loro limiti e sulle loro paure quando intraprendono dei percorsi di apprendimento e renderli capaci di superare queste barriere;
- 4) NECESSITÀ DI FORMAZIONE – per consentire ai partecipanti di scoprire le proprie esigenze di formazione e di identificare il divario tra il livello corrente di conoscenza, abilità ed esperienza e quello richiesto. Anche in questo caso verranno forniti ai partecipanti gli



strumenti di alfabetizzazione, di calcolo e di valutazione delle competenze digitali individuati nell'IO1;

7

5) STILI DI APPRENDIMENTO – per consentire ai partecipanti di scoprire il proprio stile di apprendimento preferito (verbale, visivo, cinestetico, sociale) e renderli consapevoli del fatto che apprendono meglio quando le informazioni vengono presentate in quello specifico stile di apprendimento.

Il Toolkit Motivazionale è stato sviluppato sulla base dei primi due prodotti intellettuali sviluppati nell'ambito del progetto, la Collezione di strumenti COMP-UP (*COMP-UP Tool Collection*) e il Programma di formazione COMP-UP (*COMP-UP Training Curriculum*).

Tutti e tre questi prodotti intellettuali sono disponibili in tutte le lingue delle organizzazioni partner del progetto (EN, IT, DE, PL, ES, RO, HU, SE) per massimizzarne la diffusione e l'utilizzo tra gli educatori di tutti i Paesi partner e possono essere scaricati dal [sito web](#) del progetto COMP-UP.



1. ICEBREAKERS

1.1 Informazioni generali e breve introduzione agli obiettivi dell'unità

Iniziare un corso o un seminario motivazionale implica sempre una nuova situazione che include nuove sfide. All'inizio le persone del gruppo non si conoscono e provengono da contesti ed esperienze diverse. Ci vuole tempo per abituarsi l'uno all'altro. Come suggerito dal titolo, questa unità tratta di *icebreakers*, ovvero di metodi e approcci che servono a "rompere il ghiaccio" e a far familiarizzare i partecipanti tra loro. Da un lato l'educatore ha così la possibilità di scoprire le diverse personalità dei partecipanti, dall'altro questi hanno tempo e modo di conoscersi. L'obiettivo nell'implementare gli *icebreakers* all'inizio di un corso formativo è quello di creare un ambiente informale e confortevole in cui sia più facile familiarizzare con i compagni di formazione.

Rompere il ghiaccio può implicare molto di più che fare un semplice giro di presentazioni in cui si dice il proprio nome e la propria età al resto dei partecipanti. A seconda degli obiettivi e della durata del corso, durante la prima sessione si possono realizzare diverse combinazioni di metodi creativi, divertenti e attivi. Inoltre, è importante che l'educatore miri a creare un ambiente di collaborazione fiduciosa tra i partecipanti quando intende adottare un'ampia varietà di approcci didattici (non solo lo stile di insegnamento tradizionale).



Nelle prossime pagine troverete approcci e idee per l'implementazione di *icebreakers*. Oltre alle risorse necessarie e all'implementazione passo dopo passo, verrà anche spiegato come implementare tali metodi in modo flessibile e diversificato. Come già accennato, i metodi utilizzati dovrebbero essere adattati in base allo stile pedagogico personale e agli obiettivi e



alla durata del percorso di formazione.

1.2 Risorse necessarie

Questa sezione elenca i possibili materiali e strumenti che possono essere utilizzati per implementare le metodologie ivi proposte. Si può dire in anticipo che tutte le attività possono essere realizzate anche senza risorse. Pertanto, gli *icebreakers* possono anche essere eseguiti spontaneamente o con un breve preavviso nella pianificazione del corso. Le modalità possono essere miste e strutturate in modo personalizzato in base al proprio stile formativo, agli obiettivi preposti e alla durata del laboratorio motivazionale.

Le possibili risorse possono essere:

- una pallina
- un gomitolo di lana
- un insieme di immagini (che mostra diversi luoghi, attività, citazioni, oggetti, ...)
- fogli e penne di diversi colori



1.3 Durata

- Attività n° 1: approssimativamente 20-25 minuti
- Attività n° 2: approssimativamente 20 minuti
- Attività n° 3: approssimativamente 20 minuti

Si consideri che se si vuole integrare tutte e tre queste attività in un unico laboratorio motivazionale è necessario disporre di circa 1 ora e 30 minuti. Le attività richiedono circa 1 ora, mentre 30 minuti dovrebbero essere riservati alle domande, alle incertezze, al dibattito e alla discussione di gruppo dei vantaggi e degli svantaggi delle diverse attività.



1.4 Istruzioni per l'educatore su come implementare le attività

Attività n° 1 – Posizione sociometrica

Durata totale: approssimativamente 20-25 minuti; **Dimensione del gruppo:** 10-50 partecipanti

- (5 minuti) Chiedi ai partecipanti di alzarsi e formare un cerchio per ascoltare l'introduzione: i partecipanti devono formare una riga ordinata per nome da A – Z.
- (5 minuti) (Dai il tempo ai partecipanti di formare la fila).
- (5 minuti) Tutti i partecipanti dicono il proprio nome per valutare se tutti hanno trovato la posizione giusta.
- (5 minuti) Chiedi ai partecipanti di formare un'altra riga, questa volta relativa alle loro date di nascita con ordine crescente (compreso il tempo necessario ai partecipanti per formare la riga).
- (5 minuti) Tutti i partecipanti comunicano la loro data di nascita per valutare se tutti hanno trovato la posizione giusta.



Attività n° 2 – # Hashtag

Durata totale: approssimativamente 20 minuti; **Dimensione del gruppo:** 5-15 partecipanti

- (5 minuti) Chiedi ai partecipanti di trovare 3 parole che li descrivono meglio. Come si presentassero su un social media devono trovare 3 hashtags appropriati. Anche l'educatore dovrebbe pensare a 3 hashtags che lo descrivono per presentarsi agli altri.
- (5 minuti) Chiedi ai partecipanti di formare un cerchio con le sedie e di sedersi.
- (10 minuti) Prendi una palla e dì il tuo nome e i 3 hashtags (che ti descrivono al meglio) e lancia la palla ad un altro membro del gruppo. Preoccupati di far partecipare

tutti i partecipanti.

11

Attività n° 3 – Il miglior posto

Durata totale: approssimativamente 20 minuti; **Dimensione del gruppo:** 5-50 partecipanti

- (5 minuti) Prepara un insieme di immagini raffiguranti diversi posti su un tavolo e chiedi ai partecipanti di guardarle tutte per poi sceglierne una da prendere.
- (15 minuti) Chiedi ai partecipanti di riunirsi in cerchio e di mostrare l'immagine scelta. Digli brevemente cosa ti piace di quella foto e perché vorresti essere lì in questo momento. Poi ogni partecipante può descrivere il suo "posto preferito".
- (5 minuti) Chiedi ai partecipanti di rimettere l'immagine sul tavolo. Se vuoi puoi dire ai partecipanti di tenere l'immagine del loro "posto preferito" come sostegno motivazionale durante la formazione.

1.5 Variazioni (come adattare le attività a gruppi target specifici e possibili fattori di rischio durante l'implementazione)

Come già detto nella sezione 2 (risorse necessarie) queste attività possono avere molte varianti. È sensato adattare gli *icebreakers* al proprio stile educativo personale, alla durata della formazione e al gruppo con cui si lavora. Di seguito vengono spiegate alcune varianti delle attività precedentemente proposte.

Attività n° 1 – Posizione sociometrica

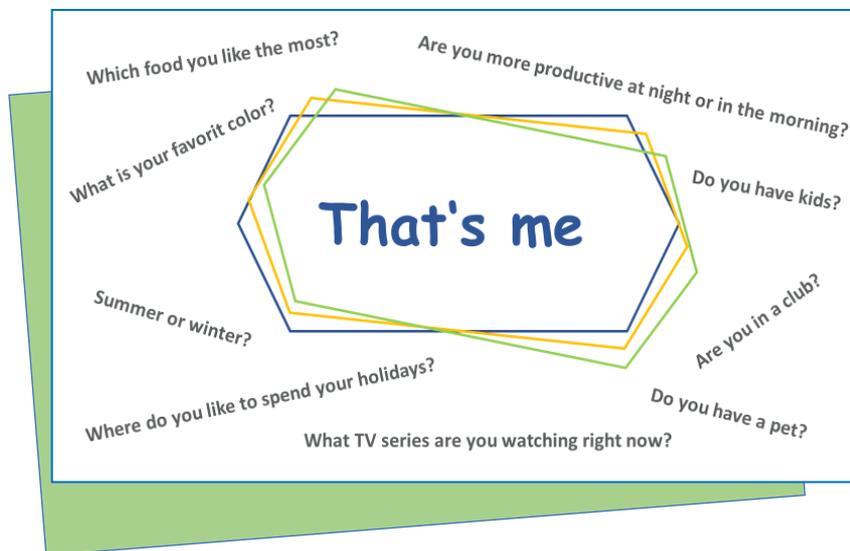
- Se la prima attività (disegnare una riga posizionandosi nello spazio secondo l'ordine alfabetico dei nomi dei partecipanti) è troppo facile da mettere in pratica per i partecipanti puoi renderla più difficile vietando di parlare durante l'esercizio.
- Ci sono molti più modi per rispondere alle domande che disegnando una riga nello spazio. Per esempio, si possono fissare due punti nella stanza che sono correlati a "Sì" e "No" e lasciare che i partecipanti rispondano alle domande posizionandosi fisicamente lungo l'asse spaziale tra i due estremi per esprimere il proprio punto di vista (*moving debate*).
- Un'altra opzione è quella di mettere un oggetto (es. palla, libro, cappello, ...) al centro del cerchio e lasciare che i partecipanti rispondano alle domande stando più o meno vicino all'oggetto (es. esperienza di lavoro, motivazione di oggi, ...) per esprimere il grado di accordo e disaccordo con quanto chiesto.
- Questi esercizi hanno lo scopo di far interagire le persone nello spazio, non solo verbalmente ma anche fisicamente. Fate attenzione alla presenza di persone con disabilità o con problemi di salute che non gli permettono di muoversi tanto facilmente.
- Se ci sono partecipanti che hanno problemi con la lingua, ricordati di usare un linguaggio facile da capire o di combinare i compiti con immagini o pittogrammi (es. faccina felice e triste).



Attività n° 2 – # Hashtag

- Puoi usare un gomitolino di lana per la parte di presentazione. Ogni volta che un partecipante ha finito di presentarsi lancia la palla di lana ad un altro partecipante. In questo modo alla fine dell'esercizio i partecipanti saranno uniti dal filo che tengono tra le mani e che ha costituito una rete di relazioni. Proprio perché tutti i partecipanti devono tenere il filo di lana, rimangono concentrati. Se ritieni che il gruppo target possa avere difficoltà a trovare parole per rappresentarsi, fornisci loro esempi o domande a cui rispondere (ad esempio mostra alcune possibili domande su una lavagna a fogli mobili o una diapositiva PowerPoint).
- Se la parola hashtag sembra troppo fantasiosa o raffinata, puoi usare altre formule come "Io sono...", "questa sono io...", "Su di me..."

12



Attività n° 3 – Il miglior posto

- Non devi necessariamente utilizzare (solo) i luoghi. In alternativa i partecipanti possono presentarsi rispondendo a domande come: Cosa ne pensi del cibo? delle attività sportive? dei dipinti? dei personaggi famosi?
- Se non vuoi usare le immagini, o semplicemente non hai tempo per prepararne alcune, chiedi ai partecipanti di chiudere gli occhi e dire loro di pensare al loro posto preferito. Come sembra? Che odore ha? È caldo o freddo? Dopo aver dato del tempo per pensarci, possono presentare al gruppo il luogo prescelto.
- Ti piacciono le educazioni esperienziali? Puoi eseguire questo esercizio anche all'aperto. In questo caso puoi anche lasciare che il partecipante cerchi un oggetto che gli piace e farglielo mostrare al gruppo e perché lo ha scelto.

1.6 Consigli e suggerimenti utili per gli educatori

Clicca sul seguente link per trovare una collezione di domande per attività di *ice breaking* che puoi utilizzare: <https://conversationstartersworld.com/icebreaker-questions/>



2. COMUNICAZIONE

2.1 Informazioni generali e breve introduzione agli obiettivi dell'unità

La capacità di comunicare è sia un'abilità chiave nella vita di tutti i giorni, che nel processo di apprendimento. La comunicazione è responsabile dello scambio di informazioni (soprattutto nella relazione formatore-discente), ma anche dello scambio di emozioni che accompagnano la conversazione.

Per poter trasmettere la conoscenza nel miglior modo possibile nel tuo lavoro, devi capire come comunicano le diverse persone. La comunicazione con i discenti o i tirocinanti può richiedere diversi approcci di comunicazione (più o meno formali). Presta attenzione al messaggio verbale ma anche al linguaggio del corpo che lo accompagna.



L'apprendimento delle abilità comunicative è un'impresa ardua e persone diverse hanno predisposizioni diverse alla comunicazione. Ricordati di rispettare diversi stili di comunicazione e di adattarti alle loro esigenze.

2.2 Risorse necessarie

- Carta e penna
- Lavagna
- Pennarelli
- Schede rappresentanti diversi mestieri [Puoi utilizzare varie risorse online gratuite e stamparle. Ad esempio: <https://7esl.com/jobs-vocabulary/>. Puoi anche prepararle di



tua iniziativa. Scrivi i diversi nomi dei lavori su un pezzo di carta, stampali e ritagliali. È anche una buona idea aggiungere immagini di occupazioni alla loro descrizione. Questo aiuterà le persone con problemi di lingua. Ricordati di adattare questo materiale al tuo gruppo].

- Carte con figure.
- Descrizione di diversi stili comunicativi (Li puoi trovare qui: https://www.uky.edu/hr/sites/www.uky.edu.hr/files/wellness/images/Conf14_FourCommStyles.pdf).

2.3 Durata

- Attività n° 1: approssimativamente 60 minuti
- Attività n° 2: approssimativamente 50 minuti
- Attività n° 3: approssimativamente 60 minuti

La durata di ciascun esercizio può cambiare a seconda del numero di partecipanti e del loro livello di partecipazione.

2.4 Istruzioni per l'educatore su come implementare le attività

Attività n° 1 – Colloquio di lavoro

Durata totale: approssimativamente 75 minuti; **Dimensione del gruppo:** 5-15 partecipanti

- a. Il primo compito per ogni partecipante sarà quello di scrivere i propri punti di forza su un pezzo di carta. Dite ai partecipanti che conoscere i propri punti di forza ed essere in grado di presentarli è molto importante, soprattutto nella loro vita professionale. Date loro un foglio di carta e una penna e informateli che le abilità/caratteristiche personali che annotano possono riferirsi proprio a tutto. Infine, chiedi ai partecipanti di condividere 3 dei loro punti di forza con il gruppo (10 minuti).
- b. L'attività seguente è un lavoro di gruppo. Prepara una lavagna a fogli mobili su cui anoterai tutte le cose da fare e da non fare durante un colloquio di lavoro. Inizia con una sessione di *brainstorming* con i partecipanti in cui tutte le idee che emergono vengono appuntate sulla lavagna senza giudizio. Una volta elencate le cose da fare e da non fare concentrati sul risultato della discussione e, se necessario, sulla loro rimozione dall'elenco degli elementi meno rilevanti (20 minuti).
- c. Le due attività precedenti sono state progettate per preparare i partecipanti alla terza attività che consiste in un gioco di ruolo in cui si simula un colloquio di lavoro. I partecipanti conoscono i loro punti di forza e le regole che dovrebbero seguire durante un colloquio di lavoro. Sono pronti ad avere un vero colloquio. Scrivi i nomi di diversi lavori su dei cartoncini e lascia che ogni partecipante ne prenda uno e concedi loro 5 minuti per prepararsi al colloquio di lavoro. Quindi simula un colloquio con ogni partecipante. Nel frattempo, il resto del gruppo appunta le osservazioni e gli errori che



ha notato nelle conversazioni. Infine, discuti gli errori comportamentali più comuni e cerca soluzioni (30 minuti).

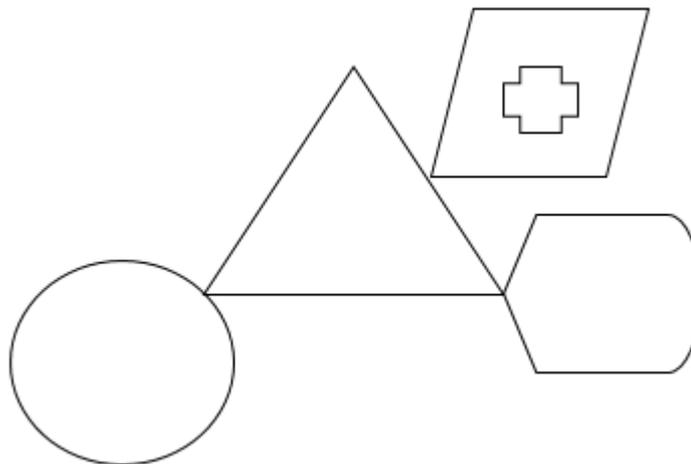
15

Infine, è utile discutere con i partecipanti quali problemi si sono verificati durante la preparazione di questa attività. Era per esempio legato alla descrizione dei loro punti di forza? Forse recitare la scena davanti alla classe era troppo stressante per loro? (15 minuti).

Attività n° 2 – Ascolto attivo

Durata totale: approssimativamente 50 minuti; **Dimensione del gruppo:** 5-15 partecipanti

- Esercizio di riscaldamento sull'ascolto attivo. Metti i partecipanti in cerchio e poi gioca insieme a un gioco di [sussurri cinesi](#). Un partecipante compone una frase e poi la trasmette finché l'ultima persona non la ripete ad alta voce (15 minuti).
- Dividi i partecipanti in coppie. Una persona dovrà parlare brevemente di sé e l'altra dovrà ascoltarla e poi presentare questa persona sulla base di ciò che ha sentito. Quindi verifica se quello che ha detto è giusto o se ha detto qualcosa in modo sbagliato o non preciso. Successivamente, una persona della coppia presenta al resto del gruppo ciò che ha scoperto sull'altra persona (15 minuti).
- Prepara una raccolta di forme geometriche su dei fogli di carta (esempio sotto), quindi abbinati i partecipanti a coppie. Una persona della coppia è in piedi di fronte alla lavagna e l'altra persona della coppia è in piedi dietro di lei/lui e riceve un foglio di carta con le figure disegnate su di esso. Il compito di questa persona è dire all'amico come disegnare le figure (che dimensioni hanno, come sono posizionate l'una rispetto all'altra). Una delle difficoltà è che non può ripetere le sue affermazioni e il disegnatore non può fare domande di chiarimento. Questo esercizio vuole dimostrare l'importanza sia di una comunicazione corretta che di un ascolto attivo. Questo esercizio può essere svolto da una coppia come esempio per la classe o può essere svolto da tutti i partecipanti (utilizzare modelli diversi). Ogni nuova coppia che fa l'esercizio sarà in grado di comunicare in maniera più adeguata in base agli errori delle coppie precedenti (20 minuti).



Attività n° 3 – Stili comunicativi diversi

Durata totale: approssimativamente 60 minuti; **Dimensione del gruppo:** 5-15 partecipanti

16

- a. Fai un *brainstorming* con i partecipanti e pensa a quali stili di comunicazione sei in grado di distinguere. Chi hai incontrato che aveva un modo particolarmente distinto di esprimersi? Annota le diverse caratteristiche dello stile comunicativo di queste persone su una lavagna. Per esempio, potresti annotare come gesticolano, come si comportano durante una conversazione e quanto sono assertivi (15 minuti). I partecipanti possono anche iniziare questo esercizio facendo un test/quiz per verificare il loro stile di comunicazione. Internet fornisce vari esempi già pronti. Scegli quello che ti piace di più. Esempi:

- <https://www.leadershipiq.com/blogs/leadershipiq/39841409-quiz-whats-your-communication-style>
- <https://www.glassdoor.com/blog/quiz-whats-your-communication-style/>
- <https://personalitylingo.com/free-communication-style-quiz/>
- <https://visme.co/blog/the-4-communication-styles-quiz/>

- b. Presenta ai partecipanti diversi stili di comunicazione per nome (usa ad esempio questa risorsa:

https://www.uky.edu/hr/sites/www.uky.edu.hr/files/wellness/images/Conf14_FourCommStyles.pdf).

Identificate insieme le qualità di ciascuno stile di comunicazione e scrivile sulla lavagna. Discutete di come reagireste ad una conversazione con una persona che ha un certo stile comunicativo. Riflettete sui diversi stili comunicativi (20 minuti).

- c. Pensa insieme ai partecipanti agli ostacoli e ai problemi che potrebbero verificarsi in una comunicazione e appuntali sulla lavagna. Quindi cercate di far combaciare ciascuno stile di comunicazione con le barriere e i problemi che può generare (25 minuti).

2.5 Variazioni (come adattare le attività a gruppi target specifici e possibili fattori di rischio durante l'implementazione)

Tra i principali fattori di rischio c'è la possibilità di riluttanza a partecipare agli esercizi presentati e la mancanza di impegno da parte dei partecipanti. La maggior parte degli esercizi è strutturata in modo tale che i partecipanti debbano comunicare tra loro e se una parte fosse riluttante, l'attuazione degli esercizi potrebbe non essere efficace.

Un buon modo per ridurre questo rischio può essere quello di introdurre queste attività facendo fare degli esercizi per rompere il ghiaccio e rendere i partecipanti più attivi e audaci nel dare risposte.

Se il gruppo avesse problemi di linguaggio, converrebbe concentrarsi sulla versione non verbale delle attività (esempio: pantomima).



2.6 Consigli e suggerimenti utili per gli educatori

La durata di ogni esercizio può variare in base al numero dei partecipanti del gruppo. Se il gruppo ha un numero dispari di partecipanti, interpreta te il ruolo del partecipante mancante in modo che tutti abbiano una coppia.

17

2.7 Dispense da distribuire ai partecipanti

Tra il materiale da distribuire abbiamo:

Stili comunicativi

https://www.uky.edu/hr/sites/www.uky.edu.hr/files/wellness/images/Conf14_FourCommStyles.pdf

Carte dei lavori

Carte con figure



3. SUPERARE LE BARRIERE

3.1 Informazioni generali e breve introduzione agli obiettivi dell'unità

Le barriere sono tanto naturali nel percorso verso l'apprendimento quanto lo sono le radici, i ruscelli e l'occasionale masso che si trova lungo un sentiero nel bosco. Si può apprendere ad aspettarsi delle barriere all'apprendimento e a comprenderne il ruolo anche positivo che possono giocare attraverso dei metodi per cambiare prospettiva e la capacità di imparare ad apprendere. Un tale cambiamento può rendere le barriere all'apprendimento un aspetto significativo ed interessante del processo, proprio come le radici, i ruscelli e i massi lo sono per rendere piacevole l'escursionismo. Gli strumenti del *Toolkit* qui presentati servono al superamento delle barriere e delle paure e sono suddivisi in due parti.

1. Accrescere la motivazione per andare oltre le barriere, come? Chiarendo il perché, immaginando le conseguenze di farcela e "paure capovolte".
2. Fornire l'abilità di imparare ad apprendere, compresa la suddivisione dei compiti, la regola dei 15 minuti e la risoluzione dei problemi di base.



L'insieme delle abilità che viene fornito viene qui proposto perché è ampiamente riconosciuto, radicato e convalidato dalla psicologia scientifica. Nella scienza della psicologia clinica, il superamento di barriere e paure è fondamentale per aumentare l'adattabilità e il benessere. Le abilità qui proposte sono state provate su una varietà di popolazioni che affrontano limiti e barriere di diversa sorta. Oltre a facilitare l'apprendimento, sono utili per affrontare qualsiasi problema e quindi forniscono al gruppo target le abilità necessarie ad orientarsi a partire dalla posizione in cui si trovano. I compiti sul "Perché" si concentrano sull'elaborazione da parte dei



discenti del significato di intraprendere e svolgere attività difficili. Servono a ricordare ai discenti perché il superamento degli obiettivi è significativo, aumentando così la loro motivazione.

19

3.2 Risorse necessarie

Discenti: Penna e carta.

Educatori: "Risorsa per gli educatori" – La presentazione PowerPoint è lo strumento principale per svolgere il laboratorio (è scaricabile dal sito del progetto). Una lavagna o un altro spazio di presentazione è necessario.

3.3 Durata

- Parte 1: 60 minuti
- Parte 2: 75 minuti

I due blocchi richiedono approssimativamente 2-2,5 ore per essere completati.

3.4 Istruzioni per l'educatore su come implementare le attività

Parte 1 – Spostando l'attenzione (60 min)

Attività n° 1 – "Perché?" (diapositive 1-7 del PowerPoint)

Durata totale: approssimativamente 15 minuti; **Dimensione del gruppo:** <40 partecipanti



Il PowerPoint allegato "Risorsa per gli educatori" è una guida dettagliata per gli educatori su come usare il materiale e svolgere i laboratori; non è una presentazione da mostrare ai



discenti. Gli educatori sono invitati ad usare queste istruzioni adattandole ai loro discenti (vedi 3.5. Variazioni). Istruzioni dettagliate su cosa dire e quali discussioni avviare sono indicate nel PowerPoint, ma i principi generali sono i seguenti.

- 1: Usa la lavagna per presentare i casi di Anna e Luigi che sono bloccati nel pensiero negativo. Usa i loro casi durante l'intero laboratorio.
- 2: Chiedi ai discenti perché Anna e Luigi fanno quello che fanno nonostante ci siano degli aspetti negativi.
- 3: Spiega che invece gli aspetti positivi superano quelli negativi nel caso di Anna e Luigi.
- 4: Chiedi ai discenti di prendere ispirazione dal tuo esempio e di pensare a qualcosa di difficile che fanno. Chiedi loro di annotare gli aspetti negativi.
- 5: Poi chiedi ai discenti di trovare gli aspetti positivi relativi a quello che fanno; inizia con il tuo esempio.
- 6: Riassumi, poi chiedi ai discenti di pensare ai vantaggi di quello che dovrebbero fare.

Attività n° 2 – Immaginando il successo e storie positive di raggiungimento degli obiettivi (diapositive 8-10 del PowerPoint)

Durata totale: approssimativamente 15 minuti; **Dimensione del gruppo:** <40 partecipanti

Basandosi sull'attività 1 e servendosi della lavagna, l'educatore usa il PowerPoint come fonte di ispirazione per presentare il compito sul pensiero immaginativo.

- 1: (Diapositiva 8) Spiega che il pensiero negativo tende ad essere caotico e intenso e che, se non si controlla, tende a non lasciare spazio per quello positivo.
- 2: Parla dei ricordi di Anna e delle sue paure di fallire (diapositiva 9) e chiedi ai discenti come pensano che la paura influenzi la motivazione.
- 3: Chiedi ai discenti come credono che Anna possa concentrarsi sui risultati positivi in relazione ai suoi obiettivi, tra cui il desiderio di apprendere lo spagnolo.
- 4: Chiedi ai discenti come questo riguarda Luigi.
- 5: (diapositiva 10) Fai pensare ai discenti a come si sentirebbero e a come sarebbero le cose se si padroneggiassero una capacità che per loro adesso è difficile e che stanno attualmente cercando di sviluppare o che vorrebbero sviluppare. Discutetene insieme.
- 6: Chiedi ai discenti di scrivere o pensare ad una storia con il lieto fine relativa ad un momento in cui hanno superato una difficoltà o imparato a padroneggiare un'abilità o una situazione che prima gli risultava difficile.
- 7: Riassumi ricordando ai discenti di non dimenticare i risultati desiderati quando si concentrano eccessivamente su quelli indesiderati.

Attività n° 3 – Paure capovolte (diapositive 11-14 del PowerPoint)

Durata totale: approssimativamente 15 minuti; **Dimensione del gruppo:** <40 partecipanti

L'attività sulle paure capovolte aiuta a capire perché le cose importanti causano paura e successivamente sposta l'attenzione dalle paure all'importanza.

- 1: (Diapositiva 11). Spiega ai discenti che la paura è spesso un'indicazione di qualcosa di importante che sta accadendo.
- 2: (Diapositiva 12). Torna ai "contro" (svantaggi e paure) di Anna nell'imparare lo spagnolo e pensa a come sono influenzati dal fatto che per lei l'apprendimento dello spagnolo è importante. Rivolgi ai discenti le domande allegate.
- 3: (Diapositiva 12). Spiega ai discenti che concentrarsi sulle paure fa perdere di vista ad Anna l'obiettivo generale di imparare lo spagnolo.
- 4: (Diapositiva 13). Chiedi ai discenti di analizzare i "contro" (svantaggi e paure) di Luigi per identificare le condizioni di importanza che devono essere soddisfatte affinché questi "contro" siano di valore. Utilizza gli esempi allegati per facilitare.
- 5: (Diapositiva 14). Invita i discenti a pensare ai "contro" (svantaggi e paure) che sentono riguardo alle loro sfide personali importanti e a come l'importanza ha influenzato i loro "contro".
- 6: Riassumi ricordando ai discenti come le paure di Anna e Luigi non facciano altro che allontanarli dal raggiungere il loro vero obiettivo, che causa le loro paure.

Attività n° 4 – Mettendo i pezzi del puzzle insieme (diapositiva 15 del PowerPoint)

Durata totale: approssimativamente 15 minuti; **Dimensione del gruppo:** <40 partecipanti

L'ultimo compito del blocco 1 mira ad integrare le tre tecniche in un unico insieme di attività.

Di' ai discenti: immagina che il prossimo semestre inizierai un lavoro perfetto per te, un lavoro che desideri davvero. Tuttavia, il lavoro è abbastanza difficile. Hai 3 mesi di prova, se fai bene riesci a mantenere il lavoro, altrimenti no. Per cominciare prenditi un minuto per pensare al tipo di lavoro che credi sia perfetto per te, poi dovrai svolgere alcuni compiti. Se hai difficoltà a inventarti qualcosa, pensa all'ultima volta in cui hai vissuto un periodo che ti ha messo alla prova sul lavoro o negli studi.

- A) La prima settimana provi paura, stress e non vuoi davvero sbagliare. Perché continui? Pensa ai lati positivi? Prendi nota.
- B) Immagina di avere successo e di riuscire a rimanere dopo i tre mesi, come ti sentiresti? Come sarebbe e cosa cambierebbe per te?
- C) In relazione alla paura, allo stress e al desiderio di non sbagliare che hai provato durante la prima settimana pensa a cosa ti importava così tanto da renderlo così importante da far emergere tanta paura e stress?

Si spera che queste tre attività possano aiutarti a concentrarti maggiormente sugli aspetti



positivi e sulle parti significative di ciò che stai affrontando, mentre capisci il motivo per cui queste possono anche causare stress e sentimenti negativi. Questa è la fine del blocco 1.

Domanda aperta: cosa porti con te da questo esercizio?

Parte 2 – Non farsi prendere dal sopravvento e risolvere i problemi (75 minuti)

Attività n° 5 – Risoluzione dei problemi in quattro passaggi (diapositive 17-22 del PowerPoint)

Durata totale: approssimativamente 60 minuti; **Dimensione del gruppo:** <40 partecipanti

Introduci il modello di risoluzione dei problemi in quattro passaggi come mostrato nella diapositiva 17. Assicurati di menzionare che è il miglior modello che ci sia! I seguenti passaggi costituiscono il modello e devono essere presentati in ordine. Vedere il PowerPoint per informazioni dettagliate.

Passaggio 1) Identifica il problema (diapositiva 18).

Assicurati di conoscere il più possibile il problema nel dettaglio. Esempifica attraverso i casi di Luigi e Anna.

Passaggio 2) *Brainstorm*: pensa a quante più soluzioni possibili (diapositiva 19).

Chiedi ai discenti di fare un *brainstorming* sulle possibili soluzioni alle situazioni di Anna e di Luigi, modera la discussione per enfatizzare e assicurarti che in questa fase non vengano dati dei giudizi.

Passaggio 3) Valuta i pro e i contro e poi scegli (diapositiva 20).

Prima individualmente (per 7 minuti) e poi discutendone tutti insieme, i discenti devono valutare i pro e i contro delle soluzioni individuate al passo 2 per risolvere le situazioni di Anna e Luigi.

Passaggio 4) Fallo! Quindi valuta il risultato (diapositiva 21).

I discenti devono elaborare rapidamente un piano d'azione per Anna e Luigi su come potrebbero implementare la soluzione.

Riassumi dicendo che seguire questi quattro passaggi dovrebbe avvicinare i discenti alla soluzione di qualsiasi problema essi stiano affrontando e spiega che nel caso in cui il problema continuasse a persistere devono tornare al passaggio 2.



Infine chiedi ai discenti di provare questo metodo su se stessi (diapositiva 22), identificando un problema che hanno nell'apprendimento o sul lavoro, per poi seguire i quattro passaggi.

23



Attività n. 6 – La regola dei 15 minuti e conclusione (diapositive PowerPoint 23-24)

Durata totale: approssimativamente 10-15 minuti; **Dimensione del gruppo:** <40 partecipanti

Introduci la regola dei 15 minuti anti-procrastinazione come indicato nella diapositiva 23. Per finire, chiedi ai partecipanti di prenotare la loro prossima sessione anti-procrastinazione.

Riassumi (diapositiva 24): riepiloga rapidamente le abilità che i partecipanti hanno messo alla prova oggi e chiedi loro di dedicare un po' di tempo a pensare quando potrebbero utilizzarle; termina con una discussione generale e chiedi un riscontro sull'attività.

3.5 Variazioni (come adattare le attività a gruppi target specifici e possibili fattori di rischio durante l'implementazione)

Dopo aver studiato il materiale, gli educatori possono pensare a degli esempi come quelli di Anna e Luigi per il proprio gruppo di discenti in base alle sue caratteristiche. I casi di Anna e Luigi, infatti, più che altro, servono a veicolare il messaggio e a facilitare la comprensione dell'oggetto di studio. Per questo possono essere sostituiti da degli esempi più adatti al contesto in cui si vanno ad implementare questi laboratori. L'insieme delle abilità coinvolte è volutamente ampio per comprendere la varietà di aspetti che entrano in gioco quando si lavora sul superamento dei propri limiti e delle proprie barriere, anche se i blocchi sono separati. Se i discenti hanno difficoltà a comprendere certi concetti, allora si consiglia di



approfondirli più a lungo omettendo altri aspetti.

Fattori di rischio: i discenti poco qualificati possono avere modelli di risposta automatizzata come "non lo so" o di impotenza appresa. L'educatore può, quindi, aver bisogno di ingegnarsi, facilitando le risposte e fornendo ulteriori esempi.

24

3.6 Consigli e suggerimenti utili per gli educatori

Dedica un po' di tempo alla preparazione degli esempi e dei possibili scenari da proporre ai discenti adattandoli al tipo di gruppo con cui avrai a che fare. Le attività qui proposte devono essere correlate ai contesti di apprendimento e ai contesti sociali in cui si trovano i discenti; gli educatori capiscono questi contesti meglio di chiunque altro. Queste attività saranno molto più facili, stimolanti e meglio memorizzate se puoi fornire ai discenti idee ed esempi facilmente riconoscibili.

4. ESIGENZE DI FORMAZIONE

4.1 Informazioni generali e breve introduzione agli obiettivi dell'unità

Valutare le esigenze di formazione prima di tutto è un processo: un processo che può aiutare gli educatori a tutti i livelli a identificare, comprendere e affrontare con successo le sfide educative. La valutazione dei bisogni è generalmente definita come un'analisi sistematica del divario che esiste tra lo stato attuale e lo stato desiderato di un soggetto e dei fattori che possono spiegare questo divario. La valutazione delle esigenze di formazione è un primo passo importante per migliorare l'efficacia degli investimenti nella formazione e quindi portare a risultati migliori per i discenti.

Ciò è particolarmente rilevante quando si ha a che fare con l'educazione degli adulti poco qualificati. In questa sezione del Toolkit Motivazionale Comp-UP presentiamo 3 diversi strumenti di valutazione che ti possono aiutare ad analizzare l'alfabetizzazione, le capacità matematiche e le abilità digitali dei discenti adulti in modo coinvolgente.

4.2 Risorse necessarie

Per implementare questa sezione del Toolkit Motivazionale Comp-UP hai bisogno di stampare le dispense; le puoi scaricare dal [sito web del progetto](#).

4.3 Durata

- Attività n° 1: Valutazione dell'alfabetizzazione – Mettilo in fila – 30 minuti
- Attività n° 2: Valutazione delle capacità matematiche – Trio – 30 minuti
- Attività n° 3: Valutazione delle competenze digitali – Elenco di controllo delle competenze digitali essenziali – 30 minuti

4.4 Istruzioni per l'educatore su come implementare le attività

Attività n° 1: Valutazione dell'alfabetizzazione – Mettilo in fila

Durata totale: approssimativamente 30 minuti; **Dimensione del gruppo:** minimo 5 partecipanti (funziona meglio con gruppi grandi)

Ripetere la sequenza degli eventi di una storia è un modo essenziale per misurare le capacità di lettura e di comprensione di una storia. Con un po' di creatività si può trasformare una noiosa attività di ripasso in un gioco interattivo.

Lavoro propedeutico: Scegli in anticipo varie storie che hanno trame che potrebbero essere interessanti per i tuoi discenti. Per giocare scrivi le scene chiave e i punti di svolta della trama della storia su dei cartoncini (puoi anche stamparli prima della lezione).



Lettura condivisa (5-10 minuti): Scegli una delle storie che hai preparato e leggila ad alta voce a tutti i tuoi discenti. Consigliamo di applicare la “lettura condivisa” come spiegato nella Buona pratica 21 della Collezione degli strumenti COMP-UP.

Gioco (5-10 minuti): Dopo aver letto la storia, attacca un cartoncino sulla schiena di ogni partecipante. I discenti dovranno lavorare insieme e porsi domande l'un l'altro per scoprire quale scena è annotata sulle loro magliette. Una volta compreso il punto della trama riportato sul cartoncino che indossano i discenti sono invitati ad allinearsi secondo l'ordine cronologico degli eventi della storia. Se in questo modo il gioco sembra complicato si fa presente che può essere modificato adattandolo all'età e al livello di abilità del gruppo con cui si lavora.

Variazioni: Se i tuoi discenti hanno difficoltà linguistiche, possono essere suddivisi in gruppi di tre discenti per mettere in sequenza l'inizio, la parte centrale e la fine di una storia. Se li ritieni dei lettori esperti puoi coinvolgere l'intera classe nell'ordinare i numerosi eventi di un'opera teatrale shakespeariana.

Valutazione: Questo gioco fornisce all'educatore una situazione diversa per la valutazione informale dell'alfabetizzazione. Durante l'attuazione della Lettura Condivisa, l'educatore sarà in grado di valutare le capacità di lettura e la pronuncia dei discenti. Durante il gioco l'educatore potrà osservare come i discenti parlano tra loro e se comprendono la trama. L'educatore può facilmente adattare il livello scegliendo una storia diversa.

Ripeti con storie diverse tutte le volte che ritieni opportune.

Attività n° 2: Valutazione delle capacità matematiche – Trio

Durata totale: approssimativamente 30 minuti; **Dimensione del gruppo:** 5-15 partecipanti

Valutare le abilità matematiche di base può essere davvero noioso. Di seguito ti proponiamo un gioco da tavolo che ti può aiutare a valutare le abilità di base di addizione, sottrazione, moltiplicazione e divisione.

Lavoro propedeutico: Prima della sessione di valutazione è sufficiente stampare le schede numerate da 1 a 50 dell'Allegato II e facoltativamente i 47 numeri da 1 a 9 (gli allegati sono scaricabili dal [sito del progetto](#)).



Preparazione (5 minuti): Per giocare, disegna un quadrato con 7 x 7 numeri da 1 a 9 in modo casuale (vedi esempio sotto).

3	7	3	5	8	4	9
5	1	8	6	5	2	7
8	6	2	4	9	1	9
2	6	4	7	5	5	3
7	4	3	2	1	6	3
2	1	4	8	3	9	5
1	8	6	7	2	4	6

Puoi anche usare numeri stampati e appuntare il quadrato 7 x 7 sulla lavagna. Dopodiché, mescola le carte con i numeri da 1 a 50 e lasciale capovolte sul tavolo.

Gioco (20 minuti): Per iniziare il gioco uno dei discenti pesca una delle carte con i numeri mescolati da 1 a 50 e la mostra a tutti gli altri discenti. Ora tutti i discenti devono cercare un calcolo sul quadrato 7 x 7 che risulti nel numero estratto. Il calcolo deve essere composto da 3 numeri uno accanto all'altro: orizzontalmente, verticalmente o diagonalmente. Chi trova un calcolo corretto, grida "Trio" e mostra il calcolo agli altri discenti. Nell'esempio seguente, il discente ha estratto il numero 40. Ci sono 3 esempi di calcoli corretti.

3	7	3	5	8	4	9
5	1	8	6	5	2	7
8	6	2	4	9	1	9
2	6	4	7	5	5	3
7	4	3	2	1	6	3
2	40	4	8	3	9	5
1	8	6	7	2	4	6

Se la risposta è corretta, il discente ottiene la tessera numerica. Se la risposta non è corretta, il discente sarà bloccato fino all'estrazione del numero successivo.

Variazioni: Se i tuoi discenti hanno problemi a trovare il calcolo, puoi anche utilizzare solo le schede numeriche da 1 a 20 e applicare solo addizioni e sottrazioni.

Valutazione (5 minuti): Vince la partita il discente che ottiene il maggior numero di carte numerate. Durante il gioco l'educatore ha la possibilità di osservare le abilità di base di addizione, sottrazione, moltiplicazione e divisione dei discenti. Questo aiuta a definire i bisogni

formativi dei discenti stessi.

Attività n° 3: Valutazione delle competenze digitali – Elenco di controllo delle competenze digitali essenziali

28

Durata totale: approssimativamente 30 minuti; **Dimensione del gruppo:** 5-15 partecipanti

In un mondo sempre più digitale, le tecnologie dell'informazione e della comunicazione (TIC) svolgono un ruolo chiave nella vita quotidiana. Essere in grado di usare gli strumenti digitali è fondamentale in quanto sono connessi in modo significativo alla gestione dei mezzi di sussistenza personali, all'occupazione, alla salute e al benessere, all'istruzione e alla partecipazione sociale. Uno dei principali ostacoli ad una maggiore inclusione sociale è la mancanza delle competenze necessarie ad utilizzare i prodotti, i servizi e i contenuti digitali nella vita quotidiana. Per migliorare le competenze digitali di base delle persone, gli educatori devono prima effettuare una valutazione dei bisogni di formazione. La seguente lista di controllo serve a valutarli.

Lavoro propedeutico: Prima della sessione di valutazione è necessario stampare la lista di controllo delle competenze digitali essenziali proposta nell'Allegato II (è scaricabile dal [sito web del progetto](#)). Ogni discente deve averne una copia.

Preparazione (5 minuti): Per riscaldarsi, ai discenti viene chiesto cosa intendono per competenze digitali. Gli educatori possono utilizzare la lista di controllo per avviare discussioni sui diversi aspetti e campi di applicazione delle competenze digitali.

Attività (15 minuti): Ai discenti viene data una copia stampata della lista di controllo delle competenze digitali essenziali (stampata in precedenza). Viene detto loro di compilare la lista di controllo in base a quello che credono di saper fare per ogni affermazione espressa nella colonna di sinistra. Possono scegliere tra "Posso farlo", "Non posso farlo" e "Voglio imparare a farlo".

Valutazione (10 minuti): Questa lista di controllo serve a fornire indicazioni importanti all'educatore per quanto riguarda le competenze, le opinioni e le necessità dei discenti, ad esempio l'educatore può scoprire se sono motivati ad apprendere un aspetto specifico dell'elenco o anche se sanno già come svolgere tale compito e come. Avendo queste informazioni l'educatore è in grado di adattare la formazione ai discenti con cui ha a che fare e di programmare la formazione digitale in modo più dettagliato e personalizzato.

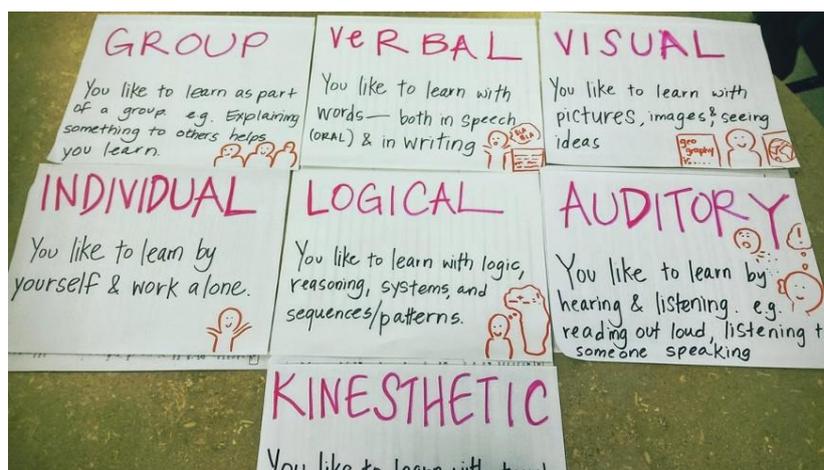
4.5 Dispense da distribuire ai partecipanti

Tutte le dispense sono scaricabili dal [sito del progetto](#).

5. STILI DI APPRENDIMENTO

5.1 Informazioni generali e breve introduzione agli obiettivi dell'unità

In relazione a quale parte di una lezione i discenti hanno perso la concentrazione, e in relazione a quali altre parti, invece, sono rimasti vigili? Questo può essere attribuito al loro stile di apprendimento o alle loro preferenze. Sebbene i discenti abbiano stili di apprendimento diversi non significa che gli educatori debbano separare i loro discenti in gruppi e impartire le loro lezioni in modi diversi. Alcune persone potrebbero scoprire di avere uno stile di apprendimento dominante, che usano nella maggior parte dei processi di apprendimento a cui prendono parte, mentre altri potrebbero scoprire di usare stili di apprendimento diversi a seconda delle circostanze. Tutto ciò è assolutamente giusto così com'è. Non esiste un mix giusto o sbagliato di stili di apprendimento, né gli stili di apprendimento degli individui sono fissi, per cui lo stile di apprendimento di una persona si può adattare alla situazione di apprendimento in cui si trova. Di conseguenza, non esiste un insieme unico e universale di stili di apprendimento, gli educatori dovrebbero utilizzare un insieme che funzioni bene per il loro gruppo. È stato riscontrato che nell'apprendimento formale, come nella scuola tradizionale, vengono solitamente utilizzati metodi di insegnamento linguistico/verbale e logico, insieme ad una gamma limitata di tecniche di insegnamento che si basano sull'insegnamento basato su libri e su molte ripetizioni. Nell'apprendimento non formale, tuttavia, mentre si ha a che fare con adulti poco qualificati, lo stile di insegnamento dovrebbe essere adattato agli stili di apprendimento desiderati, che dovrebbero quasi sempre essere un mix dei diversi stili.



Fonte della foto: <https://medium.com/erika-harano>

Pertanto, sorge la seguente domanda: in che modo gli educatori potrebbero integrare in modo più efficace tutti gli stili di apprendimento negli ambienti di apprendimento in cui lavorano?



Gli obiettivi di questa parte del Toolkit sono tre:

1. Scoprire gli stili di apprendimento;
2. Scoprire che ci sono molti stili di apprendimento;
3. Scoprire come conoscere i nostri stili di apprendimento possa migliorare il modo in cui apprendiamo.

Rispondendo a tutte queste domande, sarai in grado di strutturare e preparare le tue lezioni nel modo più adatto ai tuoi discenti per raggiungere risultati migliori, non solo a livello individuale, ma anche come gruppo.

5.2 Risorse necessarie

Per implementare le seguenti attività, avrai bisogno di preparare in anticipo le dispense con la definizione dei diversi stili di apprendimento: possono essere scaricate dal [sito del progetto](#) oppure le puoi preparare facendo una rapida ricerca online. Altre risorse necessarie sono: penne; carta; computer portatile; proiettore; lavagna a fogli mobili; post-it; connessione internet; nastro adesivo; forbici.

5.3 Durata

- Attività n° 1: Conoscere gli stili di apprendimento – Introduzione agli stili di apprendimento; *Come identificare il tuo stile di apprendimento?* – 60 minuti
- Attività n° 2: Scopri che ci sono molti stili di apprendimento – *Camminata in galleria* – 60 minuti
- Attività n° 3: Scopri come i nostri stili di apprendimento possono migliorare il modo in cui apprendiamo – *Costruire una bicicletta* – 60 minuti

La durata totale di questa sezione è di 180 minuti. Si consiglia di realizzare tutte le attività durante un'unica giornata di formazione.

5.4 Istruzioni per l'educatore su come implementare le attività

Attività n° 1 – Scopri gli stili di apprendimento

Introduzione e identificazione degli stili di apprendimento

Durata totale: 60 minuti; **Dimensione del gruppo:** 15-20 partecipanti

Lavoro propedeutico: Prepara in anticipo le dispense e i post-it (Allegato 1) che potrebbero essere affissi in aula. Su ognuno è scritto il nome di uno stile di apprendimento. Stampa l'Allegato 2. Questionario sugli stili di apprendimento.

Riscaldamento (10 minuti): Per iniziare chiedi ai discenti di trovare una coppia. Ogni coppia poi discute sulla base della domanda: "Qual è una cosa che hai imparato di recente e come l'hai imparata?". Dopo le discussioni, chiedi ad alcuni discenti volontari di condividere i

pensieri e ciò che hanno scoperto con il resto del gruppo. Spiega che questi esempi mostrano diversi stili di apprendimento (cioè come impariamo le cose).

31

Introduzione agli stili di apprendimento (20 minuti): Fai presente che ci sono molti modi diversi di imparare ed evidenzia anche che l'apprendimento avviene sempre. Introduci brevemente i diversi tipi di stili di apprendimento sulla base delle dispense/post-it che hai preparato in anticipo e che possono essere trovati in aula. Chiedi ai discenti volontari di leggere ad alta voce ogni stile e poi chiedi ad altri volontari di cercare di trovare esempi concreti di come funziona ogni stile di apprendimento.

Ad esempio: per un discente visivo, guardare video di danza su YouTube potrebbe essere l'opzione migliore, mentre i discenti logici potrebbero aver bisogno di creare o analizzare una sequenza temporale o una mappa.

Scopri il tuo stile di apprendimento (20 minuti): Usa l'Allegato 2 che comprende un questionario sugli stili di apprendimento e una dispensa da distribuire ad ogni discente. Invita a riflettere su ciò che hanno scoperto e a completare la dispensa. Lascia che i discenti si offrano volontari, che presentino i propri stili di apprendimento e se li conoscevano anche prima. Lascia che si confrontino tra loro e che scoprano insieme se erano consapevoli dei propri stili di apprendimento, se li avevano già scoperti o se hanno scoperto qualcosa di nuovo.

Rivedere e discutere i punti chiave (10 minuti): All'interno del gruppo, riflettere su quanto segue:

- Esistono molti stili di apprendimento differenti.
- Ogni persona utilizza diversi stili di apprendimento, non solo uno. Ognuno di noi potrebbe identificarsi con alcuni stili di apprendimento più che con altri, ma è probabile che la maggior parte di noi abbia più di uno stile di apprendimento. Alcuni stili riguardano il modo in cui otteniamo le informazioni, altri il modo in cui collaboriamo e altri il modo in cui esprimiamo le informazioni.
- L'apprendimento è un processo costante e continuo. Gli stili di apprendimento sono importanti perché l'apprendimento avviene continuamente. Questo ci parla di un modo fondamentale di come interagiamo con il mondo. Inoltre, conoscere i propri stili di apprendimento è utile per ottenere risultati migliori perché se si è consapevoli è anche più facile sviluppare strategie e trucchi per imparare in modo più efficace ed efficiente.

Attività n° 2 – Passeggiata in galleria

Scopri che esistono molti stili di apprendimento diversi

Durata totale: approssimativamente 60 minuti; **Dimensione del gruppo:** 15-20 partecipanti



Breve introduzione dell'attività (5 minuti): Con questa attività i discenti sviluppano ulteriormente l'autoconsapevolezza del proprio stile di apprendimento personale e identificano e approfondiscono la loro conoscenza della diversità degli stili di apprendimento all'interno di un gruppo.

Chiedi ai tuoi discenti di camminare in aula e rivedere ancora una volta ogni stile di apprendimento. Chiedi ai discenti di scrivere il proprio nome su dei post-it e di incollarli sotto agli stili di apprendimento con cui si identificano. Concedi loro 5-10 minuti per implementare questa attività.

Riflessione (45 minuti): Dopo che i discenti hanno finito di attaccare i post-it con il proprio nome vicino agli stili di apprendimento con cui si identificano, il gruppo si ricostituisce e ripassa gli stili di apprendimento ancora una volta.

Discutere le seguenti domande:

1. Cosa hai notato degli stili di apprendimento che hai scelto? Hai scoperto qualcosa di nuovo?
2. Hai imparato qualcosa di nuovo sugli stili di apprendimento dei tuoi compagni?
3. Secondo te, alcuni stili di apprendimento sono "migliori" di altri? Perché o perché no?

Avvia una discussione sulle domande precedenti in merito ai diversi stili di apprendimento.

Rivedere e discutere i punti chiave (10 minuti)

- Tutti gli stili di apprendimento sono importanti e validi! Nessun singolo stile di apprendimento è migliore di altri. Tuttavia, potremmo notare che alcuni stili di apprendimento sono preferiti in contesti di apprendimento come aule, classi, ecc.
- È bene sapere quali sono i propri stili di apprendimento, ma è meglio non limitarsi a etichettare te stesso o gli altri. È bene essere consapevoli ma conviene stare attenti a non rimanere bloccati da etichette e categorizzazioni.

Attività n° 3 – Costruire una bicicletta

Durata totale: approssimativamente 60 minuti; **Dimensione del gruppo:** 15-20 partecipanti

Con questa attività i discenti iniziano a capire come i diversi stili di apprendimento con cui hanno familiarizzato supportano la risoluzione dei problemi e i processi di apprendimento nella loro vita quotidiana. Discutendo e confrontandosi esplorano come i loro stili di apprendimento possono influenzare il successo del gruppo.

Breve introduzione dell'attività (10 minuti): Chiedi ai discenti se hanno mai costruito una bicicletta prima. Se all'interno del gruppo un certo numero di discenti ne ha già costruita una in precedenza, allora scegli un oggetto diverso su cui concentrarsi, come una casa, un'auto o una barca. L'idea è che i discenti abbiano a che fare con qualcosa che non hanno mai fatto prima.



Chiedi loro di immaginare di dover costruire una bicicletta e di identificare i primi tre passaggi che farebbero per avviare il processo.

Le seguenti domande potrebbero aiutarli a iniziare:

- Prima disegnereste un progetto?
- Tracereste i passaggi?
- Scrivereste un piano?
- Costruireste un modello prima di iniziare il lavoro "vero"?
- Cos'altro fareste?

Il processo di costruzione (30 minuti): Assicurati di avere gruppi più piccoli di 3-4 discenti. Concedi loro qualche minuto per capire i loro approcci. Distribuisci i materiali con cui possono lavorare. Assicurati di fornire penna, carta, nastro adesivo, forbici, ecc. Lascia ai discenti abbastanza tempo per pianificare i loro passaggi e il processo di implementazione. Al termine, ogni gruppo più piccolo presenta il proprio piano al gruppo più grande.

Confronto e discussione, domande (10 minuti): Assicurati di generare una discussione sulle seguenti domande:

1. Che tipo di stili di apprendimento hai usato nello sviluppo del tuo piano? Come hai riconosciuto gli stili?
2. Avevi delle idee e/o degli approcci simili a quelli dei tuoi compagni? Se sì, fai un esempio.
3. Durante questa attività, hai riscontrato dei limiti nello sviluppo del tuo piano per costruire una bicicletta? Quali? Come li hai affrontati?

Rivedere e discutere i punti chiave (10 minuti)

- A volte potremmo pensare che sia difficile per le altre persone capirci perché, poiché siamo individui diversi, abbiamo stili di apprendimento diversi. È quindi importante essere consapevoli dei nostri diversi stili di apprendimento dato che questo ci ricorderà sicuramente del fatto che persone diverse hanno bisogno di ricevere informazioni in modo diverso per riceverle correttamente.
- Quando hai difficoltà ad imparare qualcosa di nuovo, molto probabilmente non è perché non sei capace. Dipende molto dall'approccio che hai scelto. Per alcuni di noi è difficile imparare in classe. Per alcuni di noi è difficile imparare da soli. Nella vita, ci troveremo costantemente in situazioni che non sono adatte ai nostri stili di apprendimento, quindi è nostra responsabilità trovare i modi che funzionano meglio per noi. A volte ciò richiederà del lavoro extra, ma assicurati di incoraggiare i tuoi discenti a trovare ciò che funziona meglio per loro. Questo porterà sicuramente enormi benefici nelle loro vite future.



5.5 Variazioni (come adattare le attività a gruppi target specifici e possibili fattori di rischio durante l'implementazione)

L'eventuale riluttanza dei discenti a farsi coinvolgere nel processo di apprendimento potrebbe essere un fattore di rischio. Dato il *background* degli adulti poco qualificati come educatore dovresti tenere in considerazione che alcuni argomenti potrebbero essere scomodi per alcuni discenti. Cerca di evitarli o semplicemente parla con loro delle loro preoccupazioni in modo più dettagliato.

Nel caso in cui l'intera sessione non venisse implementata in una sola volta, non dimenticare di introdurre attività *icebreakers* o di riscaldamento in ogni sessione per sostenere l'unità del gruppo e far sentire i discenti a proprio agio al suo interno. In questo modo i partecipanti saranno più collaborativi e quindi è molto più probabile che tu possa raggiungere il tuo obiettivo con le attività. Assicurati di dare le dovute spiegazioni e di rispondere alle domande tutte le volte che è necessario. Tieni presente che il loro background potrebbe creare ostacoli ai loro processi di apprendimento. Sii paziente ed empatico.

5.6 Consigli e suggerimenti utili per gli educatori

Gli allegati sono scaricabili dal [sito del progetto](#). Se credi che svolgere delle attività online si adatti meglio al tuo gruppo di discenti non esitare a proporle. Puoi trovare brevi descrizioni e approfondimenti cliccando sui link sottostanti, così come il questionario per determinare i propri stili di apprendimento.

Ulteriori approfondimenti:

<https://www.learning-styles-online.com>

<https://www.mindtools.com/mnemlsty.html>

<https://www.tejedastots.com/teaching-different-learning-styles/>

<https://blog.mindvalley.com/types-of-learning-styles/>

Questionario online sulla definizione degli stili di apprendimento:

<https://www.learning-styles-online.com/inventory/questions.php?cookieset=y>

Introduction to VARK – Visual, Auditory (Aural), Reading/Writing, and Kinesthetic modalities for learning (Fleming e Mills, 1992)

<https://vark-learn.com/introduction-to-vark/>

5.7 Dispense da distribuire ai partecipanti

Le dispense posso essere scaricate dal [sito del progetto](#).