



VOLONTARIATO

Toolkit di attività per
Volontari over 50





Partner

Dacorum CVS (working name CommUnità Action Dacorum), Regno Unito

REPLAY Network, Italia

Gulbene Municipality Council, Lettonia

Pistes Solidaires, Francia

Associação Mais Cidadania (AMC), Portogallo

Federacja FOSa, Polonia

Erasmus+ KA2 Educazione degli Adulti

Progetto "Local and International Active Seniors

N. 2017-1-UK01-KA204-036596



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

INDICE

Introduzione	5
Introduzione	5
Come utilizzare il Toolkit.....	7
Il Toolkit.....	7
Contesto.....	7
Tematiche trattate nel toolkit – breve sommario.....	7
Obiettivo	8
Attività	8
Modulo 1 : Motivazione(i) e volontariato.....	9
Introduzione	9
Modulo 1.1 : Diverse motivazioni.....	10
Introduzione al Modulo 1.1	10
Attività di apprendimento del Modulo 1.1	11
Modulo 1.1 : Unità 1	11
Modulo 1.2 : Motivazioni a fare volontariato.....	13
Introduzione al Modulo 1.2	13
Attività di apprendimento al Modulo 1.2.....	14
Modulo 2 : Volontariato intergenerazionale	17
Introduzione	17
Modulo 2.1 : Volontariato intergenerazionale	18
Introduzione al Modulo 2.1	18
Attività di apprendimento del Modulo 2.1	19
Modulo 2.2 : Incontro intergenerazionale.....	21
Introduzione al Modulo 2.2	21

Attività di apprendimento del Modulo 2.2	22
Modulo 3 : Cittadinanza attiva	24
Introduzione	24
Modulo 3.1 : Conoscere e valorizzare la propria comunità	26
Introduzione al Modulo 3.1	26
Attività di apprendimento del Modulo 3.1	27
Modulo 3.2 : Chi sono come Cittadino e come utilizzare questa conoscenza	32
Introduzione al Modulo 3.2	32
Attività di apprendimento del Modulo 3.2	33
Modulo 4 : Cosa aspettarsi dal volontariato (contesto, politiche di antifortunistica, ecc.)	41
Introduzione	41
Modulo 4.1 : Le tue aspettative dal volontariato	42
Introduzione al Modulo 4.1	42
Attività di apprendimento del Modulo 4.1	43
Modulo 4.2 : Gestione del volontariato	45
Introduzione al Modulo 4.2	45
Attività di apprendimento del Modulo 4.2	46
Modulo 4.3 : Cosa aspettarsi dal volontariato (contesto, politiche di antifortunistica, ecc.)	48
Introduzione al Modulo 4.3	48
Attività di apprendimento del Modulo 4.3	49
Modulo 5 : Sviluppo delle competenze (lavoro di gruppo, gestione dei conflitti, ecc.)	51
Introduzione	51
Modulo 5.1 : Dare e ricevere (sviluppo delle competenze)	52
Introduzione al Modulo 5.1	52
Attività di apprendimento del Modulo 5.1	53
Modulo 5.2 : Lavoro di gruppo, gestione dei conflitti	56
Introduzione al Modulo 5.2	56

Attività di apprendimento del Modulo 5.2.....	57
Modulo 5.3 : Comunicazione efficace e progettazione.....	64
Introduzione al Modulo 5.3	64
Attività di apprendimento del Modulo 5.3.....	65

Introduzione

Introduzione

Local and International Active Seniors è un progetto europeo che ha l'obiettivo di aumentare la partecipazione ad attività di volontariato tra le persone over 50, migliorare i processi e le politiche delle organizzazioni che lavorano con i volontari, ridurre l'isolamento sociale e migliorare l'alfabetizzazione, le abilità matematiche e le competenze informatiche.

Community Action Dacorum e altri sei organizzazioni non governamentali in Europa, tra cui Pistes Solidaires, Replay Network, Gulbene Municipality, Associação Mais Cidadania e FOSa, stanno lavorando insieme per supportare l'apprendimento permanente delle persone senior over 50 come strategia per combattere l'esclusione sociale e/o il pensionamento anticipato.

Attraverso una ricerca i partner hanno studiato quali buone pratiche e opportunità formative sono disponibili per volontari e organizzazioni che lavorano con volontari over 50. I partner del progetto hanno poi cercato di sviluppare attività di formazione per supportare il coinvolgimento di persone over 50 in attività di volontariato.

Tematiche principali

- Motivazione(i) e volontariato
- Volontariato intergenerazionale
- Cittadinanza attiva
- Cosa aspettarsi dal volontariato (contesto, politiche di antifortunistica, ecc.)
- Sviluppo delle competenze (lavoro di gruppo, gestione dei conflitti)

Le attività formative presenti nel Toolkit possono essere utilizzate per sviluppare un corso di formazione locale per volontari over 50 con l'obiettivo di promuovere lo sviluppo di competenze, di reti sociali e della sicurezza in sé stessi. Lo scopo finale è quello di aiutare a combattere la solitudine e l'isolamento e di promuovere la salute ed il benessere dei senior. Rimanere attivi insieme non è solo il nostro mantra, ma la nostra missione!



LOCAL AND INTERNATIONAL
ACTIVE
 SENIORS

Come utilizzare il Toolkit

Il Toolkit

Il Toolkit comprende le attività create in collaborazione con altri partner su 7 argomenti principali e sottoargomenti, elencati di seguito. Il Toolkit fornirà una guida sugli argomenti e attività relative agli argomenti. Le attività forniranno ai formatori tutte le informazioni necessarie per realizzarle.

Contesto

Tematiche trattate nel toolkit – breve sommario

Motivazione(i) e volontariato : Diversi tipi di motivazioni e che cosa motiva qualcuno a fare volontariato.

Volontariato intergenerazionale : Il volontariato intergenerazionale coinvolge le persone senior che lavorano con i più giovani in modo da poter scambiare conoscenze e imparare gli uni dagli altri.

Cittadinanza attiva : Conosci la tua comunità e celebrala. Chi sono io come cittadino e come usare questa consapevolezza per prendere parte attivamente alla vita della comunità, apprezzare le diverse culture e imparare da esse, condividere le proprie conoscenze ed esperienze con gli altri.

Cosa aspettarsi dal volontariato (contesto, politiche di antifortunistica, ecc.) : I volontari dovrebbero aspettarsi la stessa cosa che ogni dipendente si aspetta in un ambiente di lavoro. Devono essere informati sulle politiche di salute e sicurezza e su come il volontariato è organizzato, quali differenze tra il ruolo del dipendente e quello del volontario.

Sviluppo delle competenze (lavoro di gruppo, gestione dei conflitti) : lo sviluppo delle competenze è un fattore chiave del volontariato, offre l'opportunità di apprendere nuove competenze e di utilizzare quelle presenti.

Lavoro di gruppo e gestione dei conflitti : Per essere più produttivi e rendersi utili, è importante far parte di un gruppo. Il lavoro di gruppo può essere di grande beneficio per le persone che hanno poca fiducia in sé stesse, in quanto gli altri membri del gruppo possono incoraggiarle.

Comunicazione efficace e progettazione : Una efficace comunicazione e progettazione è la parte fondamentale di ogni attività di volontariato. Aiuta a costruire migliori relazioni di lavoro e a rispettare i compiti e le scadenze.

Obiettivo

L'obiettivo del Toolkit è quello di fornire ai formatori un'ampia gamma di attività tra cui scegliere per la formazione dei volontari senior. Il Toolkit fornisce idee formative ed è una risorsa gratuita.

Attività

Le attività possono essere svolte in vari modi, in gruppo o attraverso supporto individuale o tra pari. Le attività possono essere adattate in base al contesto culturale e locale.



Modulo 1 : Motivazione(i) e volontariato

Introduzione

Le motivazioni dei volontari sono molto diverse a seconda del paese europeo da cui provengono, perché la realtà delle associazioni dipende in larga misura da fattori storici. In Europa esistono diversi scenari: c'è un incentivo legale o morale in alcuni paesi, desiderio di autorealizzazione in altri, soluzioni a bisogni sociali non soddisfatti dalle autorità pubbliche o innovazioni create da cittadini impegnati, ecc.

L'analisi di queste disparità ci permette di sintetizzare i diversi approcci possibili dell'impegno volontario dei senior ed i bisogni che una comunità deve soddisfare. Questa riflessione comune permette a tutti di comprendere i beneficiari delle azioni di volontariato di un'associazione. Ci permette anche di immaginare quali benefice possiamo avere, individualmente e/o collettivamente, dall'impegno volontario.

Questo modulo include:

- **Modulo 1.1 : Diverse motivazioni**
- **Modulo 1.2 : Motivazioni a fare volontariato**



Modulo 1.1 : Diverse motivazioni

Introduzione al Modulo 1.1

Questo modulo mira ad aumentare la consapevolezza dei volontari sui diversi tipi di motivazione al volontariato possibili e sulle proprie motivazioni al volontariato.

Alla fine di questo modulo, i partecipanti saranno più consapevoli:

- dei diversi tipi di motivazione al volontariato;
- delle proprie motivazioni al volontariato

Elenco delle unità coperte dal modulo:

- **Unità 1: Le ragioni di fare volontariato**

Attività A: Motivations

- **Unità 2: Motivazione(i) a fare volontariato**

Attività B: Flower's Power



Attività di apprendimento del Modulo 1.1

Modulo 1.1 : Unità 1

Titolo dell'unità	Le motivazioni di fare volontariato
Introduzione, obiettivi specifici dell'unità	In questa unità i partecipanti rifletteranno sulle diverse motivazioni o ragioni per fare volontariato.
Suggerimenti	Lavoro individuale, seduti in cerchio
Attività	Attività A : Faces of motivation
Fonti e ulteriori risorse	Clary et Al (1998) ISPA2012-C Martins & S Jesus & J Silva

Attività di apprendimento A

Attività A	Faces of motivation / Motivazioni diverse
Sistemazione	Lavoro individuale, seduti in cerchio
Descrizione dell'attività	Ogni partecipante riceve un foglio di carta con un personaggio/ruolo diverso (es. pompiere, donna sola, avvocato, assistente sociale recentemente laureato, sacerdote, viaggiatore, scienziato, madre di 4 figli piccoli, uomo d'affari.....). Date qualche minuto ai partecipanti per immaginare e scrivere individualmente due ragioni che potrebbero portare il personaggio ad iniziare a fare volontariato. <u>Condivisione e discussione di gruppo:</u> chiedete ai partecipanti di condividere con il gruppo cosa hanno immaginato del personaggio e perché hanno scelto quelle motivazioni. Il formatore presenta diversi tipi di motivazioni per il volontariato (la teoria funzionalista Clary et Al (1998) associando le diverse motivazioni dei personaggi alle categorie (valori, comprensione, sociale, protezione, carriera, aumentare l'autostima, carriera). Debriefing: non ci sono motivazioni giuste o sbagliate per fare volontariato, ogni persona ha motivazioni diverse nelle diverse fasi della sua vita e possono essere diverse a seconda del tipo e del contesto del lavoro volontario.
Risorse	Piccoli fogli di carta colorata con i personaggi/ruoli Presentazione della Functionalist Theory (Clary et AL 1998)
Dotazione	Penne, colori, Flipchart
Durata	Min: 15 min Max: 25 min
Commenti e suggerimenti	Formatore: scegliere ruoli e personaggi diversi per favorire una discussione su diversi approcci e motivazioni per fare volontariato

Modulo 1.1 : Unità 2

Titolo dell'unità	Le mie motivazioni al volontariato
Introduzione, obiettivi specifici dell'unità	In questa unità i partecipanti rifletteranno sulle proprie motivazioni a fare volontariato.
Suggerimenti	In cerchio, a coppie
Attività	Attività A : Flower's Power
Fonti e ulteriori risorse	

Attività di apprendimento A

Attività A	Flower's Power / Il potere del fiore
Sistemazione	In cerchio, a coppie
Descrizione dell'attività	Ad ogni partecipante vengono dati due petali di fiore. Chiedere ad ogni partecipante di riflettere per qualche istante su una o due motivazioni personali di volontariato e poi chiedere loro di scriverle, una su ogni petalo. Mettere i partecipanti a coppie. Chiedere ad ogni coppia di condividere le proprie motivazioni tra loro. Riunire il gruppo e chiedere ai partecipanti di alzarsi e unire tutti i petali nello stesso grande fiore di carta. <u>Debriefing:</u> Chiedere ai partecipanti come ci si sente a riflettere sulle proprie motivazioni e a scoprire le motivazioni degli altri.
Risorse	Fiori veri e petali di fiori di carta
Dotazione	Colla
Durata	Min: 20 min Max: 30 min
Commenti e suggerimenti	Formatore: L'attività può essere realizzata con petali di carta o fiori veri Partecipanti:

Modulo 1.2 : Motivazioni a fare volontariato

Introduzione al Modulo 1.2

Questo modulo riguarda: le motivazioni per il lavoro volontario, la promozione (marketing) del volontariato, adattare le azioni ai bisogni locali, adattare il volontariato alle aspettative personali; utilizzare le proprie competenze.

Alla fine di questo modulo, i partecipanti saranno in grado di:

- Definire la loro area di interesse e aspirazione personale
- Riconoscere le loro capacità sociali
- Misurare i benefici dell'azione comune

Elenco delle unità coperte dal modulo :

- **Unità 1: Quali motivazioni e quale profilo del volontario?**

Attività A: Which kind of motivations and which kind of volunteer?



Modulo 1.2 : Unità 1

Titolo dell'unità	Quali motivazioni e quale profile del volontario?
Introduzione	Questo modulo ha lo scopo di trattare le aspettative personali dei partecipanti (desiderio di sentirsi utili, mantenimento dei legami sociali, obblighi legali, preparazione alla riqualificazione professionale, gratitudine sociale, presunto altruismo, ecc.). Allo stesso modo, può essere utile per ogni persona vedere in quale contesto potrebbe fare volontariato, in base alla propria esperienza personale, alle proprie capacità sociali e capacità lavorative.
Suggerimenti	Lavoro individuale e collettivo
Activities	Attività A : Which kind of motivations and which kind of volunteer?
Fonti e ulteriori risorse	

Attività di apprendimento A

Attività A	Which kind of motivations and which kind of volunteer? / Quali motivazioni e quale volontario?
Sistemazione	Lavoro individuale e collettivo
Descrizione dell'attività	Metodi non formali Facile adattamento dell'attività ad altre lingue Potenziale adattamento a diverse situazioni nazionali <u>Prima parte (100 minuti)</u> 1. Chi sei ? – Ognuno sceglie una carta Dixit e commenta la sua scelta. (15 mn) 2. La tua Piramide Maslow - I volontari costruiscono la loro piramide con risposte pretagliate - 15 min + Questa piramide può evolvere, a seconda del periodo, del luogo, del paese? - 5 min Pochissime persone conoscono l'ordine della piramide, nel modo in cui è stata concepita dal sociologo che l'ha inventata. Ogni partecipante è invitato a comporre la propria piramide. Il formatore osserva, in un primo momento, le esigenze dei partecipanti. In secondo luogo, a seguito di commenti sulla priorità dei bisogni da soddisfare (la piramide cambia a seconda dei periodi, dei paesi, delle classi sociali, etc.), uno scambio con i partecipanti permette al formatore di comprendere i diversi mondi vissuti dai partecipanti. 3. Quando ti senti utile? - 15 min

I partecipanti sono invitati ad esprimere i loro sentimenti su un post-it, che permette loro di esprimere ciò che pensano di poter portare agli altri.

4. Che cos'è la diversità nel volontariato? brainstorming collettivo sulle possibili motivazioni di un impegno volontario - 20 min

Il formatore raccoglie i risultati della discussione, scrive attentamente sulla lavagna ogni motivazione espressa, riformula, se necessario, le motivazioni espresse dai senior. Elenco non esaustivo delle categorie: altruista, idealista, imprenditore, cittadino, ecc.

5. Incontri Aladdin e la sua lampada... 3 desideri per il mondo che ti circonda. 15 min

In modo spontaneo, i partecipanti sono invitati ad esprimere 3 desideri su post-it. Essi mostrano la loro visione del mondo, la loro comprensione delle sue sfide in modo che il formatore possa facilmente comporre il profilo di ogni partecipante.

6. L'ho amata! Cosa hai apprezzato nella tua attività professionale?
Post-it - 15 mn

Sempre utilizzando i post-it, ogni partecipante è invitato a scrivere del proprio talento professionale, ma dal punto di vista della soddisfazione personale (prerequisito essenziale per l'impegno volontario). Il formatore, ma anche i partecipanti, hanno ora un profilo più completo degli altri.

SECONDA PARTE (100 minuti)

Collegamento con la sessione precedente - 15 min.

Per fare il collegamento con la sessione precedente, ogni partecipante è invitato a iscrivere gli altri volontari in una categoria di tipo volontario (imprenditore, altruista, ecc.) vista prima.

1. Quali sono le vostre aree di interesse? Attività individuale e di gruppo.
- 15 min - Se necessario, il formatore aiuta facendo domande.

L'esperienza di volontariato avrà più successo se il volontario trova un progetto vicino alle sue aree di interesse personale.

2. Una parola sul vicino... Ogni partecipante scrive su un post-it ciò che gli piace, ammira o apprezza del suo vicino di destra e lo attacca sulla sua schiena; il vicino di sinistra legge il post - 15 min.

Spesso abbiamo qualche difficoltà a valutare o a immaginare in cosa potremmo essere utili. Questo esercizio, fatto con la dovuta cura e

	considerazione, permette ad ogni persona di avere una visione migliore dei propri punti di forza. 3. Il posto giusto per il tuo vicino? Da chi ed in quale contesto i talenti del tuo vicino potrebbero essere apprezzati? - 15 min - Brainstorming Questa attività permette di applicare la creatività collettiva: ognuno ha esperienza di contesti specifici, settori di attività specifici, conoscenza di particolari esigenze sociali. Brainstorming generale 4. Disegnare le proprie reti - 15 min Utilizzando un documento preparato dal formatore (disegno della rete di una persona), ogni partecipante rappresenta e spiega quali sono le sue reti. 5. Per quale beneficio e per chi potremmo svolgere un'azione collettiva? Quali benefici otteniamo dall'azione collettiva? - 20 min - Dibattito animato. Il formatore invita ciascuno dei partecipanti a dare la propria risposta, a turno. Gli altri partecipanti si allineano dietro quello che ha parlato se sono d'accordo o si allontanano se non sono d'accordo con la risposta. Il formatore fa una lista sulla lavagna. Permette a tutti di diventare consapevoli delle diverse aspirazioni sociali che motivano le persone a fare volontariato. Valutazione Utilizzando un documento che rappresenta una bilancia "a favore e contro", ogni partecipante è invitato a compilarlo, elencando i lati positivi ed i lati negativi della formazione.
Risorse	Dixit cards, Maslow pyramid, post-it, fogli di carta grandi Handbook "the kind of volunteer I am?"
Dotazione	Tavolo, sedie
Durata	Min: 120 min
	Max: 180 min
Commenti e suggerimenti	Formatore : Esperienza a gestire dinamiche di gruppo; madrelingua; capace di comprendere e parlare del contesto locale
	Partecipanti : 8 persone (idealmente); tra 6 e 10 persone



Modulo 2 : Volontariato intergenerazionale

Introduzione

Questo modulo prevede attività utili ad evidenziare l'importanza del volontariato intergenerazionale. Il volontariato intergenerazionale può essere un buon modo per rafforzare la coesione della società, aumentare la tolleranza, comprendere i bisogni delle diverse fasce di età e trovare opportunità per trascorrere il tempo libero in modo utile e dare un contributo alla società.

L'interazione intergenerazionale può essere facilitata attraverso il trasferimento di conoscenze/competenze specifiche dai senior ai bambini e ai giovani e viceversa. Ci sono molte abilità e conoscenze che i senior hanno acquisito nel corso della loro vita che possono essere utili alle giovani generazioni, ad esempio, diversi mestieri, cucina, memorie storiche, ecc. Organizzando attività nelle scuole, negli asili e nei centri giovanili, i senior possono trasferire le loro conoscenze specifiche alle giovani generazioni. L'incontro intergenerazionale può essere utile in entrambe le direzioni, perché ci sono molte competenze e conoscenze che i bambini e i giovani possiedono che possono essere utili ai senior, ad esempio, competenze informatiche, nuovi approcci e valori, ecc.

Ci sono molte opportunità di volontariato che sono interessanti e adatte a bambini, giovani, adulti e senior. Nella nostra esperienza, le migliori opportunità in cui le diverse generazioni possono lavorare fianco a fianco sono in occasione di grandi eventi, per esempio, preparando e lavorando per feste comunali, feste stagionali, decorando e preparando l'ambiente della città.

- **Modulo 2.1 : Volontariato intergenerazionale**
- **Modulo 2.2 : Incontro intergenerazionale**



Modulo 2.1 : Volontariato intergenerazionale

Introduzione al Modulo 2.1

Alla fine di questo modulo, i partecipanti saranno in grado di:

- Avere più informazioni sulle possibilità di volontariato intergenerazionale nella propria comunità
- Conoscere i benefici del volontariato intergenerazionale
- Riflettere su quali capacità, conoscenze e punti di forza potrebbero trasferire alle giovani generazioni
- Partecipare ad attività di apprendimento non formale

Principali tematiche:

- Opportunità di volontariato intergenerazionale, potenziale e benefici
- Riflessione ed espressione personale

Elenco delle unità coperte dal modulo :

- **Unità 1: Volontariato intergenerazionale, una opportunità di mutuale beneficio**

Attività A: Intergenerational interaction mapping



Attività di apprendimento del Modulo 2.1

Modulo 2.1 : Unità 1

Titolo dell'unità	Intergenerational volunteering as an opportunity and for mutual benefit / Il volontariato intergenerazionale come opportunità e beneficio reciproco
Introduzione, obiettivi specifici dell'unità	Gli obiettivi dell'unità sono: individuare le possibilità di cooperazione intergenerazionale nella comunità; riflettere sulle proprie competenze, conoscenze, competenze e approcci che possono essere utili alle giovani generazioni
Suggerimenti	Lavoro individuale e di gruppo
Attività	Attività A : Intergenerational interaction mapping
Fonti e ulteriori risorse	

Attività di apprendimento A

Attività A	Intergenerational interaction mapping / Mappare le opportunità di volontariato intergenerazionale
Sistemazione	Lavoro individuale e di gruppo
Descrizione dell'attività	All'inizio i partecipanti (volontari senior) lavorano in plenaria. Su una lavagna a fogli mobili (sul pavimento o su un tavolo) disegnano una mappa schematica della propria comunità (città, quartiere, comune, a seconda dei casi). Discutono e sulla mappa segnano i luoghi in cui si trovano le organizzazioni/istituzioni che lavorano con i bambini/giovani (scuole/centri giovanili/organizzazioni, ecc.). Questa parte dell'attività potrebbe durare 15 minuti. Nella seconda parte, i senior devono riflettere individualmente su quali abilità e conoscenze hanno che potrebbero essere interessanti e utili da condividere con i giovani, ad esempio una lingua speciale o conoscenze dialettali, artigianato, conoscenze storiche, vecchi giochi. Il formatore può facilitare questa attività e fornire esempi, perché a volte è difficile per i senior riconoscere di possedere abilità e conoscenze che possono essere interessanti per gli altri. I senior scrivono, in ordine aleatorio, queste abilità e conoscenze su carta A4. (10-15 minuti) L'ultimo compito è quello di collegare quali luoghi, segnati sulla mappa, possono trovare le competenze e le conoscenze dei senior utili e trasferibili. Ad esempio, la senior Linda scrive il suo nome su un post-it e che lei sa tessere. Pensa che questa abilità possa essere utile da condividere con i giovani in un club di artigianato locale, quindi la inserisce sulla mappa. Alla fine, quando tutti i partecipanti hanno collegato le loro abilità e conoscenze alla mappa, il formatore discute i risultati, fa un riassunto e i partecipanti possono vedere le abilità comuni che possiedono e possono pensare ad organizzare alcune attività in gruppo. (10-15 minuti)
Risorse	
Dotazione	Stanza confortevole, sedie, Flipchart, carta, post-it, flomasters

Durata	Min: 35 min
	Max: 45 min
Commenti e suggerimenti	Formatore : formatore nel campo dell'educazione non formale
	Partecipanti : approx. 15 partecipanti



Modulo 2.2 : Incontro intergenerazionale

Introduzione al Modulo 2.2

Questo modulo è centrato sulla tematica degli incontri intergenerazionali.

Alla fine di questo modulo, i partecipanti saranno in grado di:

- Osservare il proprio contesto locale per identificare dove i bisogni sociali non vengono soddisfatti
- Acquisire una prospettiva sui “giovani” e sui “senior”
- Visualizzare come mobilitare una rete locale
- Identificare i bisogni locali e transgenerazionali; costruire progetti concreti

Elenco delle unità coperte dal modulo:

- **Unità 1: Motivare le persone al volontariato intergenerazionale**

Attività A: Intergenerational meeting



Attività di apprendimento del Modulo 2.2

Modulo 2.2 : Unità 1

Titolo dell'unità	Motivare le persone a fare volontariato intergenerazionale
Introduzione, obiettivi specifici dell'unità	Considerare il volontariato intergenerazionale; motivare i senior per l'azione collettiva; visualizzare attività concrete per le diverse età; rispondere ai bisogni della nostra realtà. I senior fanno parte della nostra vita, anche se l'evoluzione delle nostre società rompe i vecchi legami intergenerazionali. È utile riunire sia i giovani che i senior, in modo che le persone attive e i pensionati possano sfuggire alla categorizzazione. Le attività concepite e presentate qui di seguito abbandonano così la nozione di gruppo composito dal punto di vista dell'età.
Suggerimenti	Lavoro individuale, discussione di gruppo
Attività	Attività A : Intergenerational meeting
Fonti e ulteriori risorse	

Attività di apprendimento A

Attività A	Intergenerational meeting / Incontro intergenerazionale
Sistemazione	Lavoro individuale, discussione di gruppo
Descrizione dell'attività	I formatori discutono con i volontari, riflettendo sulle relazioni intergenerazionali. I senior fanno parte della nostra vita, anche se l'evoluzione delle nostre società rompe i vecchi legami intergenerazionali. È utile riunire sia i giovani che i senior, in modo che le persone attive e i pensionati possano sfuggire alla categorizzazione. Le attività concepite e presentate qui di seguito abbandonano così la nozione di gruppo composito dal punto di vista dell'età. 1. La città ideale - Disegnare la città ideale. In gruppi di 3 o 4 - 20 min Il gruppo è diviso in 2 o 3 gruppi di 3 o 4 persone. Ogni gruppo riceve un grande foglio di carta e viene invitato a disegnare la città ideale. Alla fine dei 15 minuti, ogni gruppo presenta le proprie idee e commenti sulle idee degli altri. 2. Cosa manca nella mia città? – Si parte dal disegno precedente, per elencare ciò che manca - 15 min. Il formatore crea una lista delle "cose mancanti" che sono "bisogni sociali". Si concentra in particolare su ciò che è comune a tutte le età. 3. Prima / dopo - 35 min

	Dividere i partecipanti in gruppi da 2. Utilizzando immagini o foto (una casa, un ufficio, una famiglia, una fabbrica, una scuola, ecc.), ogni gruppo riceve 2 immagini e cerca di immaginare, per ognuno di queste, cosa è cambiato nella loro vita. Dopo 20 minuti, il formatore raccoglie i risultati della discussione e la apre ai commenti. (15 min.) 4. Insieme - 30 min. Dall'elenco dei bisogni visti nell'attività n°2, i senior scelgono uno dei bisogni e lavorano in gruppi da 2 o 3, per pensare a come incoraggiare al meglio la partecipazione di ogni fascia d'età. Dopo 20 minuti, il formatore raccoglie i risultati della discussione e la apre ai commenti. (30 min.)
Risorse	
Dotazione	Fogli di carta grandi, matite colorate
Durata	Min: 120 min Max: 150 min
Commenti e suggerimenti	Formatore : madrelingua, con qualche esperienza di facilitare dinamiche di gruppo, conoscenza di associazioni locali, comprensione del contesto locale Partecipanti : da 6 a 10 persone, capaci a comunicare nella lingua usata durante l'attività



Modulo 3 : Cittadinanza attiva

Introduzione

La cittadinanza attiva è un concetto che comprende molti tipi diversi di attività, ma di solito tendiamo ad associarla all'attività politica. Tuttavia, dal punto di vista del progetto "Local and International Active Seniors", la cittadinanza attiva dovrebbe essere percepita in modo molto più ampio, comprendendo ogni tipo di attività intrapresa per il benessere della società e dell'ambiente naturale.

Esempi:

- presenza di associazioni e organizzazioni non governamentale
- auto-organizzazione di gruppi informali di cittadini per risolvere problemi locali
- partecipazione ad un'organizzazione non governativa
- volontariato
- attività locale di un partito politico
- partecipazione politica informale, ad esempio una dimostrazione
- svolgere una funzione nell'amministrazione locale
- partecipazione alle elezioni

L'obiettivo del modulo dedicato alla cittadinanza attiva è quello favorire la riflessione dei potenziali volontari su cosa significa essere cittadini attivi e cosa possono fare per agire proattivamente per le loro comunità locali, soprattutto attraverso la partecipazione al volontariato. Un elemento importante di questo processo è quello di renderli consapevoli che ognuno di loro ha già intrapreso attività prosociali, spesso anche magari senza rendersi conto dell'importanza delle azioni da loro intraprese.

Per illustrare la varietà delle forme di cittadinanza attiva, è stata introdotta una classificazione a 5 livelli che tiene conto della scala e della portata delle azioni:

1. Attività incentrate sullo sviluppo personale (es. partecipazione ad un club senior, formazione, università della terza età, ecc.)
2. Attività su microscala (ad esempio nutrire gli animali, aiutare un vicino di casa a fare la spesa, prendersi cura di un familiare malato, ecc.)
3. Attività per la comunità locale (es. pulizia del complesso residenziale, costruzione di un parco giochi, organizzazione del tempo libero per persone sole, costruzione di mangiatoie per uccelli, ecc.)
4. Attività organizzata (agisco in un'organizzazione la cui missione è importante per me e partecipo realizzazione delle sue attività).

5. Attività su macro scala (partecipo ad attività che riguardano problemi dell'intera società, per esempio diritti delle donne, ecologia, violazione dei diritti umani: firmando petizioni, partecipando a proteste pubbliche, partecipando a dibattiti pubblici - anche attraverso i social media, partecipando ad azioni sociali e di beneficenza come una maratona di scrittura di lettere organizzata da Amnesty International, ecc.)

I partecipanti scopriranno la diversità delle opportunità di volontariato nel loro territorio, quali associazioni sono coinvolte nell'organizzazione del volontariato, quali infrastrutture sono disponibili. Potranno identificare le problematiche del contesto locale, fare una ricerca di possibili soluzioni e progettare potenziali azioni ed interventi. Inoltre, i futuri volontari si sottoporranno ad un'auto-riflessione sul proprio potenziale come attivisti sociali, riflettendo sulle loro esperienze e la loro motivazione ad agire a beneficio degli altri.

Le attività formative in questo modulo mirano a sottolineare l'importanza della cittadinanza attiva.

- **Modulo 3.1 : Conoscere e valorizzare la propria comunità**
- **Modulo 3.2 : Chi sono come Cittadino e come utilizzare questa conoscenza**



Modulo 3.1 : Conoscere e valorizzare la propria comunità

Introduzione al Modulo 3.1

Da questo modulo i partecipanti dovrebbero aspettarsi di:

- approfondire la conoscenza della propria comunità
- riflettere su cosa significa essere un cittadino attivo
- quali opportunità di volontariato ci sono nella comunità
- come il volontariato viene riconosciuto

Elenco delle unità coperte dal modulo:

- **Unità 1 : Opportunità disponibili nella propria comunità**

Attività A : Globingo

Attività B : Four words

Attività C : Community mapping

- **Unità 2 : Come essere valorizzato come volontario**

Attività A : Celebrating volunteering

Attività B : Bad volunteer management



Attività di apprendimento del Modulo 3.1

Modulo 3.1 : Unità 1

Titolo dell'unità	Opportunità disponibili nella propria comunità
Introduzione, obiettivi specifici dell'unità	In questa unità i partecipanti potranno riflettere su cosa significa essere un cittadino attivo e su quali opportunità di volontariato ci sono nella comunità.
Suggerimenti	Lavoro individuale Discussione in piccoli gruppi
Activities	Attività A : Globingo Attività B : Four words Attività C : CommUnità Mapping
Fonti e ulteriori risorse	

Attività di apprendimento A

Attività A	Globingo
Sistemazione	Lavoro individuale
Descrizione dell'attività	I partecipanti ricevono ognuno un foglio Globingo stampato e gli viene chiesto di camminare per la stanza. Mentre camminano, i partecipanti si devono interrogare a vicenda sulle domande Globingo, cercando di trovare persone che rispondono di sì alla domanda e se lo segnano. Esempi di domande: "Ho già fatto volontariato", "Vivo nel quartiere xxx", "Ho un cane". Una volta raccolti i SI a tutte le domande, possono gridare „Bingo". (10-15 min) In conclusione, il formatore sottolinea il fatto che le persone hanno diverse cose in comune.
Risorse	Stampe Globingo
Dotazione	Penne
Durata	Min: 15 min Max: 30 min
Commenti e suggerimenti	Formatore : Se necessario, può dare qualche esempio. Le domande possono essere adattate al gruppo dei partecipanti. Partecipanti :

Attività di apprendimento B

Attività B	Four words / Quattro parole
Sistemazione	Lavoro individuale, lavoro di gruppo, seduti

Descrizione dell'attività	I partecipanti pensano individualmente a 4 parole che definiscono le caratteristiche più importanti di un cittadino attivo, completando la frase: "Un vero cittadino attivo dovrebbe essere.....". (10 minuti) Poi, a coppie, devono mettersi d'accordo e rimanere con solo 4 delle parole scelte. (10 min.) Poi, le coppie si uniscono formando 2 gruppi di 4 o 6 partecipanti e di nuovo si devono mettere d'accordo per rimanere con solo 4 parole. (10 minuti) Poi tutti i 2 gruppi si uniscono in un unico gruppo che di nuovo si deve mettere d'accordo per rimanere con solo 4 parole. (10 minuti) Le 4 parole conservate sono quelle che definiscono meglio un cittadino attivo, nella concezione del gruppo. Riassumere le risposte sulla lavagna. Come si sono sentite le persone a svolgere l'attività? Nella loro opinione il risultato finale ha catturato al meglio la definizione di un cittadino attivo? (10 minuti)
Risorse	
Dotazione	Penne, Carta, Flipchart
Durata	Min: 50 min
	Max: 120 min
Commenti e suggerimenti	Formatore : Dare qualche esempio, se necessario.
	Partecipanti :

Attività di apprendimento C

Attività C	Community Mapping / Mappatura della comunità
Sistemazione	In piccoli gruppi (3-4), seduti
Descrizione dell'attività	In piccoli gruppi, i partecipanti guardano una mappa della comunità locale. Chiedete ai partecipanti di identificare: - Quali servizi e strutture ha la comunità? (Blu) - Quali competenze ha la comunità? (Verde) Evidenziare le aree sulla mappa con i colori sopra menzionati. (10 min.) Ora chiedete al gruppo di esprimere un'emozione per le diverse aree della comunità.

	● Guardare il foglio delle emozioni (10 min.) Ora chiedete al gruppo quali parti della comunità hanno bisogno di miglioramenti. ● Evidenziare queste aree in rosso. (10 min.) Come gruppo i partecipanti si confrontano su come queste aree potrebbero essere migliorate. In conclusione, riunire i gruppi e riassumere ciò di cui si è parlato (15 minuti). L'attività può essere ampliata, chiedendo ai partecipanti di disegnare la propria mappa.
Risorse	Mappa ed elenco delle emozioni https://drive.google.com/file/d/1nZXFKdyt0hG1qGnRJZy-siHGvI7juCAU/view?usp=sharing https://drive.google.com/file/d/1rEoC5FkMBtZxoSgvcAx--biGJdGq-aYJ/view?usp=sharing
Dotazione	Penne e post-it Flipchart
Durata	Min: 45 min Max: 90 min
Commenti e suggerimenti	Formatore : Partecipanti :

Modulo 3.1 : Unità 2

Titolo dell'unità	Come essere valorizzato come volontario
Introduzione, obiettivi specifici dell'unità	In questa unità scoprirai come la comunità può valorizzare le attività di volontariato e come una cattiva gestione del volontariato può essere prevenuta.
Suggerimenti	Discussione di gruppo
Activities	Attività A : Celebrating volunteering Attività B : Bad volunteer management
Fonti e ulteriori risorse	

Attività di apprendimento A

Attività A	Celebrating Volunteering / Celebrare il volontariato
Sistemazione	Discussione di gruppo
Descrizione dell'attività	1a parte Una sessione di domande e risposte dopo la testimonianza di un volontario in servizio di lungo periodo che si presenta e parla di cosa fa, perché fa volontariato, cosa ottiene dal volontariato e come si sente apprezzato come volontario. (15 minuti) 2a parte Chiedi ai partecipanti di riflettere su "Come celebrare il volontariato" chiedendo loro di pensare a come le persone nella loro vita privata e lavorativa hanno mostrato apprezzamento per il loro lavoro. Chiedere loro di utilizzare le i post-it e scrivere un'idea per post it e attaccarla sul Flipchart. (10 minuti) In conclusione il formatore fa un riassunto dei risultati emersi nei piccoli gruppi.
Risorse	
Dotazione	Post-it, penne, Flipchart
Durata	Min: 35 min Max: 60 min
Commenti e suggerimenti	Formatore : Possibili esempi di modi per mostrare apprezzamento per i volontari potrebbero essere: cenare una volta all'anno dove tutti i volontari sono invitati e ricevono il certificato di riconoscimento. Partecipanti :

Attività di apprendimento B

Attività B	Bad Volunteer management / Cattiva gestione del volontariato
Sistemazione	Group discussion
Descrizione dell'attività	Guardare un video in cui viene evidenziata la cattiva gestione di un volontario. https://www.youtube.com/watch?v=lvrDWUecV2c (5 min)

	Poi, come gruppo, scambiarsi su: Cosa c'era di sbagliato? Cosa si sarebbe potuto fare per apprezzare il volontario? (15 minuti) Riassumere le idee (10 minuti)
Risorse	
Dotazione	Flipchart, penne, video proiettore, PC
Durata	Min: 30 min
	Max: 60 min
Commenti e suggerimenti	Formatore :
	Partecipanti :



Modulo 3.2 : Chi sono come Cittadino e come utilizzare questa conoscenza

Introduzione al Modulo 3.2

In questo modulo, i partecipanti parleranno della cittadinanza attiva, rifletteranno sulle proprie risorse che possono mettere in campo a beneficio della comunità locale e su come pianificare attività in base alle loro conoscenze ed esperienze.

Alla fine di questo modulo, i partecipanti saranno più consapevoli di:

- le loro risorse che potrebbero mettere in campo per svolgere un'azione sociale
- cos'è la cittadinanza attiva
- come pianificare efficacemente attività a beneficio della comunità locale

Lista delle unità coperte dal modulo:

- **Unità 1 : Quali sono le vostre risorse per diventare attivi nella società**

Attività A : Risorse collection

Attività B : Your timeline

- **Unità 2 : Come pianificare attività per il beneficio della comunità locale**

Attività A : The variety of forms of active citizenship

Attività B : Metaplan



Attività di apprendimento del Modulo 3.2

Modulo 3.2 : Unità 1

Titolo dell'unità	Quali sono le vostre risorse per diventare attivi nella società
Introduzione, obiettivi specifici dell'unità	In questo modulo parleremo delle risorse che i senior potrebbero mettere in campo per svolgere un'azione a beneficio della comunità.
Suggerimenti	Lavoro individuale Discussione di gruppo Brainstorming
Activities	Attività A : Resource collection Attività B : Your timeline
Fonti e ulteriori risorse	

Attività di apprendimento A

Attività A	Resource collection
Sistemazione	Lavoro individuale, discussione di gruppo
Descrizione dell'attività	Il formatore utilizza del nastro adesivo sulla parete per creare la sagoma di un armadio tradizionale - pareti, mensole, cassetti, ecc. Ogni ripiano corrisponde ad una zona, evidenziata con un colore specifico, ad es: VALORI: che cosa è importante per me nella vita (BLU) I MIEI CONTATTI: persone interessante, importanti che conosco, organizzazioni, istituzioni, gruppi formali e informali, ecc. (VERDE) CONOSCENZE: qual è la mia specializzazione (GIALLO) ABILITÀ: quali sono le mie abilità speciali (VIOLA) ESPERIENZE: la mia esperienza sociale (ROSSO) I partecipanti ricevono delle schede colorate (almeno 5 per ogni area/ colore) sulle quali scrivono le loro risorse per ogni area. Dopo aver completato il compito, ogni partecipante incolla le proprie schede con le risorse nei cassetti appropriati. In conclusione, l'intero gruppo si trova di fronte all'armadio, legge le risposte e insieme al formatore si confronta sul potenziale del gruppo nel contesto dell'attività sociale.
Risorse	La sagoma di un armadio
Dotazione	stampe colorate adesive delle 5 categorie da attaccare nastro adesivo

	carta A4 colorata pennarelli penne
Durata	Min: 45 min Max: 90 min
Commenti e suggerimenti	Formatore: Dare qualche esempio, se necessario. Partecipanti : I partecipanti devono fare riferimento alle proprie risorse.

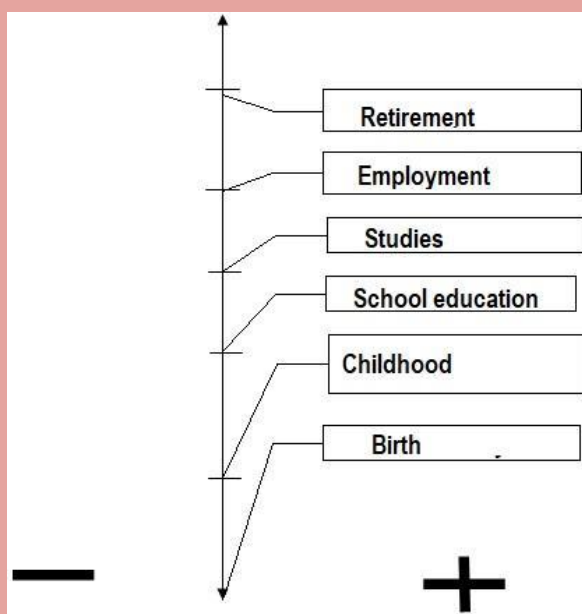
Attività di apprendimento B

Attività B	My timeline / La mia linea temporale
Sistemazione	Lavoro individuale, Discussione di gruppo, Brainstorming
Descrizione dell'attività	Ogni persona è guidata da valori diversi nella vita, per ogni persona sono importanti cose diverse. Questa gerarchia di valori si riflette nelle azioni che intraprendiamo, poiché siamo tutti motivati da fattori diversi. Lo stesso vale anche per le attività di volontariato. Questi fattori possono essere diversi: la disponibilità ad aiutare, la necessità di fare del bene, ma anche - soprattutto nel caso dei senior - la necessità di appartenere ad un gruppo con il quale identificarsi. È molto importante che la persona che vuole impegnarsi nel volontariato sia pienamente consapevole di ciò che lo stimola ad agire. Questo le permetterà di scegliere la forma di azione in base a ciò che è importante per lei. Grazie a questo, il proprio coinvolgimento nel volontariato durerà più a lungo. Purtroppo, molto spesso le persone non sono pienamente consapevoli delle loro motivazioni perché magari non c'è n'è stata l'occasione o il bisogno di approfondirle. L'obiettivo dell'attività "La mia linea temporale" è quello di scoprire queste motivazioni. Grazie all'analisi degli eventi importanti della vita e delle emozioni che li hanno accompagnati, possiamo determinare cosa ci ha motivati, cosa ci ha spinto ad agire o a prendere decisioni importanti. Le motivazioni possono essere collegate sia a fattori positivi che negativi (ad esempio, la malattia del mio amico mi ha fatto iniziare a raccogliere fondi per il suo trattamento). Inoltre, i partecipanti possono osservare quali sono le motivazioni degli altri, il che può essere un'esperienza stimolante. Poiché l'obiettivo principale del modulo è quello di acquisire la capacità di pianificare attività di volontariato, la parte finale dell'attività è di lavorare in gruppo per scegliere le linee di azione corrispondenti alle motivazioni dei diversi membri del gruppo. In questo modo, i futuri volontari saranno in grado di prendere decisioni consapevoli sul loro

lavoro di volontari e di creare le proprie azioni, corrispondenti alle loro esperienze e valori.

1. Il formatore distribuisce 3 schede A5 ad ogni partecipante e chiede loro di scrivere le tre esperienze di vita più importanti che li hanno portati a decidere di impegnarsi nella comunità o, più in generale, di "essere attivi". Va notato che la partecipazione attiva può essere stata generata sia da esperienze positive (sono diventato preside della scuola o sono entrato nel club dei pensionati) che negative (divorzio, persona malata in famiglia).

2. Mentre i partecipanti compilano le schede, il formatore prepara l'asse temporale al centro della stanza (utilizzando un nastro adesivo), fissando approssimativamente dei periodi di vita (dovrebbero essere stampati su fogli di nastro adesivo che segnano la loro posizione sull'asse), come mostrato nell'immagine:



3. Ogni partecipante aggiunge le sue schede sul lato sinistro dell'asse temporale, all'altezza corrispondente al periodo di vita specifico e commenta brevemente.

4. Dopo la presentazione, il formatore conduce una breve discussione - chiede cosa li ha motivati ad impegnarsi socialmente, ad esempio la disponibilità ad aiutare, l'autorealizzazione, fare parte di un gruppo, essere riconosciuti, ecc. Il formatore annota queste motivazioni sulla lavagna, poi chiede che altro può motivare le persone ad agire. Viene creato, così, un catalogo delle motivazioni.

5. Il formatore divide i partecipanti in piccoli gruppi e dà a ciascuno di loro 2-3 motivazioni dal catalogo. I gruppi devono pensare a quali

	azioni proporre agli altri per rispondere a queste esigenze. Esempio: il bisogno di far parte di un gruppo - creazione e realizzazione di progetti comuni, partecipazione a corsi di formazione, ecc. 6. Insieme o in gruppo, progettiamo un evento / un'attività che soddisfa le esigenze di molte persone.
Risorse	
Dotazione	Flipchart, Pennarelli, schede A5, nastro adesivo
Durata	Min: 60 min
	Max: 120 min
Commenti e suggerimenti	Formatore: Dare qualche esempio, se necessario.
	Partecipanti : I partecipanti devono riferirsi alle proprie esperienze personali.

Modulo 3.2 : Unità 2

Titolo dell'unità	Pianificare attività per il beneficio della comunità locale
Introduzione, obiettivi specifici dell'unità	In questo modulo scoprirai di più sulla cittadinanza attiva e su come pianificare le attività sociali sulla base delle tue conoscenze ed esperienze.
Suggerimenti	Lavoro individuale Discussioni di gruppo
Activities	Attività A : Forms of active citizenship Attività B : Metaplan
Fonti e ulteriori risorse	

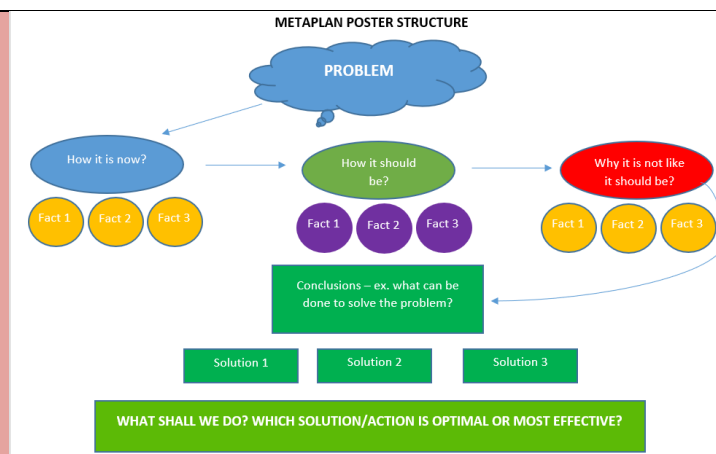
Attività di apprendimento A

Attività A	Forms of active citizenship / Forme di cittadinanza attiva
Sistemazione	Lavoro individuale, discussioni di gruppo
Descrizione dell'attività	L'attività inizia con una discussione su quali tipi di attività sociali sono più note tra i partecipanti. Successivamente, il formatore condivide una serie di informazioni su varie categorie di attività sociali, ad esempio: 1. Attività incentrate sullo sviluppo personale (es. partecipazione ad un club senior, formazione, università della terza età, ecc.) 2. Attività su microscala (ad esempio nutrire gli animali, aiutare un vicino di casa a fare la spesa, prendersi cura di un familiare malato, ecc.)

	3. Attività per la comunità locale (es. pulizia del complesso residenziale, costruzione di un parco giochi, organizzazione del tempo libero per persone sole, costruzione di mangiatoie per uccelli, ecc.) 4. Attività organizzata (agisco in un'organizzazione la cui missione è importante per me e partecipo realizzazione delle sue attività). 5. Attività su macro scala (partecipo ad attività che riguardano problemi dell'intera società, per esempio diritti delle donne, ecologia, violazione dei diritti umani: firmando petizioni, partecipando a proteste pubbliche, partecipando a dibattiti pubblici - anche attraverso i social media, partecipando ad azioni sociali e di beneficenza come una maratona di scrittura di lettere organizzata da Amnesty International, ecc.) Poi il formatore incolla al muro cinque fogli di Flipchart, ciascuno relativo ad una categoria di attività sociale. I partecipanti sono invitati a scrivere su post-it: - azioni intraprese all'interno delle singole aree - attività a cui vorrebbero partecipare e che prima non avevano considerato Alla fine dell'attività, il formatore conduce una discussione, su: - quali aree sono dominanti e dove il coinvolgimento è minore - quali sono le ragioni di questo fatto - quali sono le barriere che ostacolano le persone ad impegnarsi in attività sociali - come rompere queste barriere - come posso utilizzare le mie risorse per partecipare ad attività che non ho mai intrapreso prima
Risorse	
Dotazione	Post-it colorati, Flipchart, pennarelli, penne, video proiettore Presentazione multimedia sulle diverse categorie di attività sociali con esempi
Durata	Min: 60 min Max: 90 min
Commenti e suggerimenti	Formatore: Preparare una presentazione interessante con esempi significativi e stimolanti di attività e azioni sociali, a livello locale ed internazionale Partecipanti :

Attività di apprendimento B

Attività B	Metaplan / Metapiano
Sistemazione	Discussione di gruppo, brainstorming
Descrizione dell'attività	La tematica che stiamo affrontando è "chi sono io come cittadino e come usare questa consapevolezza per agire". Questo significa che il nostro scopo non è solo quello di riflettere su cosa è la cittadinanza attiva, ma anche di approfondire la conoscenza concreta della nostra realtà locale e delle sue problematiche e di utilizzare questa conoscenza per trovare soluzioni o pianificare azioni specifiche. Lo scopo del metodo Metaplan è quello di guardare un problema da più punti di vista e concentrarsi sulla ricerca di una soluzione comune. Questa attività promuove la riflessione e aumenta la capacità di analizzare e valutare i fatti. Vantaggi di utilizzare questo metodo: - fornisce un'ampia visione del problema - promuove la cooperazione - dà la possibilità di parlare a ciascun membro del gruppo - crea le condizioni per la ricerca - suscita l'interesse e l'impegno di ogni membro del gruppo - insegna a tirare conclusioni e ad esprimere in maniera strutturata i propri pensieri - sviluppa la capacità di analizzare e organizzare le informazioni - promuove la precisione e la perseveranza - esercita la capacità di pianificare - sistematizza le informazioni - offre l'opportunità di confrontare i punti di vista dei membri del gruppo - mette insieme le conoscenze dei partecipanti su un determinato argomento - aumenta l'efficienza del lavoro Durante la discussione sulla base del metapiano, i partecipanti cercano di guardare il problema da diverse angolazioni, il che li porta infine a trovare una soluzione ottimale. STRUTTURA DEL METAPLAN:

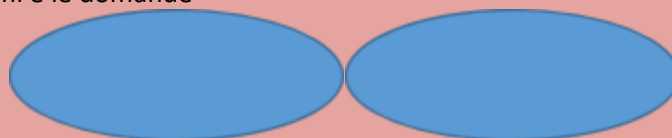


METAPLAN - un metodo di discussione durante il quale i partecipanti creano insieme un cartellone per fornire un'interpretazione grafica di questa discussione. La discussione sulla base del metaplan può essere condotta in plenaria o in piccoli gruppi.

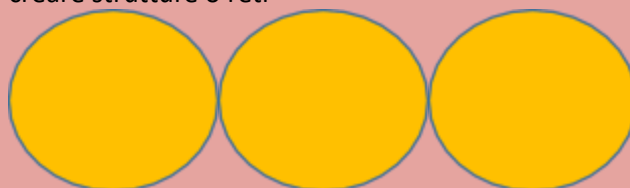
Elementi necessari per condurre la discussione sulla base del metaplan:

- un cartoncino rettangolare a cui fogli di carta possono essere appesi usando puntine
- carta grigia di dimensioni 145 / 122 cm
- stampe di forme diverse, in 3 colori

OVALI – dove scrivere le idee (che possono essere raggruppate), i problemi e le domande



CERCHI – per registrare i fatti, per descrivere lo stato corrente, per creare strutture o reti



RETTANGOLI – per fissare le conclusioni ed i compiti da fare



NUVOLA – per fissare il soggetto della discussione

	 Istruzioni per la costruzione del cartellone: Lo spazio del cartellone deve essere diviso in aree: COM'È – si riferisce allo stato attuale dove attaccare i fogli a forma di cerchio (CERCHI); COME DOVREBBE ESSERE – si riferisce alla condizione ideale a cui si aspira, dove attaccare i fogli a forma di rettangolo (RETTANGOLI); PERCHÉ NON È COME DOVREBBE ESSERE – si riferisce alle cause delle differenze tra lo stato attuale e lo stato l'ideale (OVALI); CONCLUSIONI – scritte su cartoncini a forma di rettangolo che raccolgono pensieri che dovrebbero servire da stimolo per ulteriori azioni (RETTANGOLI). Nella parte superiore del cartellone, l'argomento della discussione è scritto in maiuscola sulla nuvola. Dovrebbe essere formulato in modo chiaro, a forma di domanda, come un problema da risolvere. I partecipanti scriveranno le loro riflessioni in maniera sintetica attaccando i fogli sul cartellone. Segue una fase di presentazione del cartellone che deve essere discussa. Dopo la discussione, tutte i fogli sono attaccati alla carta grigia ed il cartellone risultante sarà utilizzato per ulteriori approfondimenti. È importante che le scritte sui fogli siano chiari e leggibili per tutti. Per fare questo il consiglio è di usare pennarelli spessi e ridurre al minimo il numero di parole.
Risorse	
Dotazione	- un cartoncino rettangolare a cui fogli di carta possono essere appesi usando puntine - carta grigia di dimensioni 145 / 122 cm - stampe di forme diverse, in 3 colori - pennarelli
Durata	Min: 60 min Max: 120 min
Commenti e suggerimenti	Formatore: prepara i fogli di carta nelle varie forme menzionate prima dell'inizio dell'attività Partecipanti :

Modulo 4 : Cosa aspettarsi dal volontariato (contesto, politiche di antifortunistica, ecc.)

Introduzione

Quando un volontario aderisce ad un'opportunità di volontariato, potrebbe avere le proprie ragioni per scegliere quella determinata opportunità presso una determinata organizzazione. Le sue aspettative dall'esperienza di volontariato dovrebbero essere chiare. Attualmente esistono alcune linee guida in alcuni paesi su ciò che i volontari dovrebbero aspettarsi quando fanno volontariato, ma in certi casi non esistono delle linee guida formali. In questo modulo parleremo di cosa è importante considerare quando si valutano opportunità di volontariato, dei diritti dei volontari e di quello che i volontari possono richiedere e aspettarsi di avere.

I volontari hanno dei diritti:

- Lavorare in un ambiente sano e sicuro
- Una sessione di inserimento o di orientamento
- Una descrizione del ruolo
- Formazione e monitoraggio
- Una assicurazione appropriata
- Vacanze

L'esperienza di volontariato dovrebbe essere concordata insieme dal volontario e dall'organizzazione, quindi è importante verificare che:

- sia l'occasione giusta per loro
- capiscono cosa ci si aspetta da loro
- capiscono cosa l'organizzazione può fornire loro

Questo modulo include:

- **Modulo 4.1 : Le tue aspettative dal servizio di volontariato**
- **Modulo 4.2 : Gestione del volontariato**
- **Modulo 4.3 : Cosa aspettarsi dal volontariato (contesto, politiche di antifortunistica, ecc.)**



Modulo 4.1 : Le tue aspettative dal volontariato

Introduzione al Modulo 4.1

In questo modulo i partecipanti dovrebbero aspettarsi di scoprire cosa un'organizzazione dovrebbe fornire loro e cosa dovrebbero aspettarsi dal volontariato.

Alla fine di questo modulo, i partecipanti sapranno:

- cosa un'organizzazione dovrebbe fornire loro
- cosa dovrebbero aspettarsi dal volontariato

Elenco delle unità coperte dal modulo:

- **Unità 1 : Cosa i volontari si aspettano che l'organizzazione fornisca**

Attività A : Your Say

- **Unità 2 : Cosa un'organizzazione dovrebbe fornire**

Attività B : Guidelines



Attività di apprendimento del Modulo 4.1

Modulo 4.1 : Unità 1

Titolo dell'unità	Cosa i volontari si aspettano che l'organizzazione fornisca
Introduzione, obiettivi specifici dell'unità	In questo modulo i partecipanti si confronteranno su cosa secondo loro un'organizzazione dovrebbe fornire ai propri volontari.
Suggerimenti	Discussione di gruppo
Attività	Attività A : Your Say
Fonti e ulteriori risorse	

Attività di apprendimento A

Attività A	Your Say
Sistemazione	A coppie, seduti
Descrizione dell'attività	Chiedi ai partecipanti di riflettere su cosa si aspettano che un'organizzazione dovrebbe fornire ai volontari e di scrivere le loro idee sui post-it a disposizione. Dopo 5 minuti riunisci il gruppo e chiedi ad ogni coppia di presentare le proprie idee ed il proprio punto di vista. Raccogliere i post-it sulla lavagna.
Risorse	
Dotazione	Penne e post-it Lavagna / Flipchart
Durata	Min: 20 min Max: 45 min
Commenti e suggerimenti	Formatore : Suggerire qualche esempio se il gruppo si trova in difficoltà. Es. Una presentazione dell'organizzazione Partecipanti : Dividere il gruppo a coppie tra persone con interessi simili.



Modulo 4.1 : Unità 2

Titolo dell'unità	Cosa un'organizzazione dovrebbe fornire
Introduzione, obiettivi specifici dell'unità	In questa unità i partecipanti scopriranno cosa un'organizzazione dovrebbe fornire ai volontari e si confronteranno su cosa significa questo per loro in qualità di volontari.
Suggerimenti	Presentazione
Attività	Attività A : Guidelines
Fonti e ulteriori risorse	

Attività di apprendimento A

Attività A	Guidelines / Linee guida
Sistemazione	Piccoli gruppi di 3-4, seduti
Descrizione dell'attività	Per iniziare, mostrare ai partecipanti i 6 punti di riferimento ("6 promesse") per la gestione del volontariato: • Pianificare il coinvolgimento dei volontari • Processo di selezione • Orientamento / Induction • Supporto e sicurezza • Formazione e sviluppo personale • Coinvolgere, premiare e riconoscere i volontari In piccoli gruppi di 3-4 partecipanti, chiedi loro di riflettere su 2 dei 6 punti e di cosa significano dal loro punto di vista. Ogni gruppo scrive il proprio feedback su un foglio di flipchart. Tempo di lavoro: 10 minuti. Riuniti in plenaria, ogni piccolo gruppo presenta agli altri il proprio lavoro. Tempo dedicato: 15 minuti. Concludere l'attività con una sintesi dei 6 punti di riferimento per la gestione del volontariato e quale formazione di base un'organizzazione dovrebbe fornire.
Risorse	La presentazione "6 point promise"
Dotazione	Penne e Flipchart Computer, video proiettore e schermo
Durata	Min: 30 min Max: 45 min
Commenti e suggerimenti	Formatore : Suggerire qualche esempio se il gruppo si trova in difficoltà. Es. Un colloquio di selezione Partecipanti :

Modulo 4.2 : Gestione del volontariato

Introduzione al Modulo 4.2

Anche se i volontari ricevono alcune informazioni prima di iniziare l'attività di volontariato, e anche se potrebbero essere motivati e ottenere benefici, ci sono alcuni suggerimenti supplementari su ciò che ci si dovrebbe aspettare dal volontariato:

- Dovrebbe esserci una persona di contatto/coordinatore del servizio volontario a cui ci si possa rivolgere in qualsiasi momento per quanto riguarda compiti, supporto, ulteriori informazioni.
- Il volontariato può essere a breve termine (per un evento o un'attività specifica) o a lungo termine. Nel caso del volontariato di lungo periodo, è meglio stilare un accordo o un contratto per definire un quadro di riferimento su questioni come il periodo di volontariato, le attività previste, l'assicurazione, i risultati, i certificati, ecc.
- Se è importante per la carriera e la crescita professionale di una persona, si può chiedere all'organizzazione di rilasciare un documento che attesti la partecipazione, le competenze, le conoscenze e gli atteggiamenti sviluppati durante il periodo di volontariato. Può essere un certificato, una lettera di partecipazione o altro tipo di documento.
- È importante comprendere la legislazione del paese in cui si svolge l'attività di volontariato. Alcuni paesi hanno una legge specifica sul volontariato. Verifica quali sono le condizioni legali stabilite nel tuo paese!
- Tieni presente che il volontariato non comporta uno stipendio ma non ti esclude dal ricevere una qualche forma di indennità o rimborso spese per il tuo impegno: rimborso delle spese di viaggio, ingresso gratuito all'evento per il quale stai lavorando, pasti, ecc.

Alla fine di questo modulo, i partecipanti saranno in grado di:

- Riconoscere ciò che i volontari dovrebbero aspettarsi dal volontariato
- Riconoscere di quale supporto hanno bisogno
- Formulare domande da rivolgere ai coordinatori del servizio di volontariato

Elenco delle unità coperte dal modulo:

- **Unità 1 : Supportare i volontari**

Attività A: How to support supporters



Attività di apprendimento del Modulo 4.2

Modulo 4.2 : Unità 1

Titolo dell'unità	Supportare i volontari
Introduzione, obiettivi specifici dell'unità	Il supporto è un aspetto importante quando si pensa ai volontari e alle loro aspettative. In un primo momento, è necessario comprendere il ciclo di un percorso di volontariato (trovare volontari, preparazione, attività, valutazione, motivazione, ecc.). In gruppi più piccoli, discutete sul tipo di supporto di cui i volontari hanno bisogno in ogni fase del volontariato e sulle domande che rivolgerebbero alla loro organizzazione di accoglienza/coordinamento.
Suggerimenti	Discussione del formatore con i partecipanti sul ciclo di un percorso di volontariato, disegnando un cerchio schematico.
Attività	Attività A : How to support supporters
Fonti e ulteriori risorse	-

Attività di apprendimento A

Attività A	How to support supporters / Come supportare i sostenitori
Sistemazione	Gruppo di 12-20 senior, con o senza precedenti esperienze di volontariato. Seduti in cerchio, lavoro in piccoli gruppi di 4-5
Descrizione dell'attività	Seduti in cerchio, il formatore e i partecipanti discutono e chiariscono il ciclo e le fasi di un percorso di volontariato, disegnando un cerchio schematico e inserendo i titoli di ogni fase. (15-20 minuti) Divisi in piccoli gruppi con 4-5 partecipanti ciascuno, i partecipanti si confrontano su: 1. Di che tipo di supporto avrebbero bisogno in ogni fase del volontariato. Raccolgono le riflessioni in maniera sintetica su carta A4. 2. Quali domande farebbero all'organizzazione in riferimento ad ogni fase del volontariato, nel caso in cui diventassero volontari. (15-20 minuti) Riuniti in cerchio, discutono, insieme al formatore, i risultati emersi e scrivono sul cerchio schematico preparato all'inizio i suggerimenti sul supporto di cui hanno bisogno. Questo disegno del ciclo/fasi del volontariato e del supporto necessario in ogni fase può essere digitalizzato e condiviso con le organizzazioni che lavorano con i volontari in modo che siano consapevoli del supporto di cui i volontari hanno bisogno. I risultati emersi possono anche essere sistematizzati come una vera e propria lista di FAQ da

	prendere in considerazione da parte delle organizzazioni. (15-20 minuti)
Risorse	-
Dotazione	Sedie, Flipchart, Carta, flomasters
Durata	Min: 45 min Max: 60 min
Commenti e suggerimenti	Formatore : formatore di educazione non formale con conoscenza del ciclo di lavoro volontario
	Partecipanti : senior con o senza precedenti esperienze di volontariato



Modulo 4.3 : Cosa aspettarsi dal volontariato (contesto, politiche di antifortunistica, ecc.)

Introduzione al Modulo 4.3

In questo modulo, rivolto a potenziali volontari, è possibile esplorare e aprire una discussione tra pari sul volontariato come quadro di riferimento: cosa può portare loro, cosa può rafforzare e come può aiutare a superare i limiti personali.

Alla fine di questo modulo, i partecipanti potranno:

- aumentare la propria consapevolezza su cosa significhi volontariato
- esprimere aspettative e impegni
- contribuire a comunicare il valore del volontariato

Elenco delle attività coperte dal modulo:

- **Unità 1 : Cos'è il volontariato**

Attività A: Volunteering can make me



Attività di apprendimento del Modulo 4.3

Modulo 4.3 : Unità 1

Titolo dell'unità	What is volunteering
Introduzione, obiettivi specifici dell'unità	In questa unità i partecipanti potranno: • aumentare la propria consapevolezza su cosa significhi volontariato • esprimere aspettative e impegni • contribuire a comunicare il valore del volontariato
Suggerimenti	No particular Sistemazione, divided in little groups
Attività	Attività A : Volunteering can make me...
Fonti e ulteriori risorse	

Attività di apprendimento A

Attività A	Volunteering can make me... / Il volontariato per me...
Sistemazione	Divisi in piccoli gruppi
Descrizione dell'attività	Dopo aver diviso i partecipanti in piccoli gruppi, dare loro 3 pannelli con un grande + e 3 con un grande -. Mostra loro il video della Croce Rossa. Oggi mi sento + (più) + bello + coraggioso + alto + forte + combattivo + buono + ordinato + costruttivo + ricco + romantico + veloce Mandato: Se sei interessato al volontariato è perché hai un'idea del suo impatto. Saltiamo ciò che puoi portare agli altri con la tua azione di volontariato e concentriamoci su ciò che può accadere a te mentre fai volontariato. Crea la tua idea per una pubblicità, come quella della Croce Rossa che hai appena visto. Il + si riferisce ad aspetti di te che puoi rafforzare o guadagnare.

	Il - si riferisce ai limiti che si possono superare grazie al volontariato (es.: essere meno timidi). Tornando in plenaria, condividete l'idea promozionale di ciascun gruppo. In fine, aprite una discussione sulle aspettative e sui possibili impatti del volontariato, incollando i cartelloni pubblicitari sul muro come in una "hall of fame" da mantenere durante tutta la formazione.
Risorse	Link al video della Croce Rossa: https://youtu.be/Ee9j8dJdl1s
Dotazione	Video proiettore, pannelli (A3 o più grandi)
Durata	Min: 60 min Max: 90 min
Commenti e suggerimenti	Partecipanti : Formatore : Non tutti i pannelli devono essere utilizzati, ma non più di quelli forniti dal formatore.



Modulo 5 : Sviluppo delle competenze (lavoro di gruppo, gestione dei conflitti, ecc.)

Introduzione

Nell'ambito del progetto "Local and International Active Seniors" concepiamo il volontariato come esperienza di apprendimento. Fare volontariato significa, quindi, che i senior sono coinvolti in nuove esperienze che li aiutano ad ampliare i loro orizzonti, a conoscere meglio se stessi e a continuare a crescere come esseri umani.

Il volontariato è, quindi, un'opportunità per lo sviluppo delle competenze in un percorso di apprendimento permanente.

L'apprendimento all'interno di un'esperienza di volontariato è un'esperienza di educazione attiva, basata sull'apprendimento attraverso il fare che incoraggia la riflessione individuale come un modo per aumentare la consapevolezza sul proprio sviluppo. Il volontario assume un ruolo attivo per se stesso e per le altre persone coinvolte.

I volontari acquisiscono preziose competenze ed esperienze di vita che avranno sicuramente un impatto sul loro sviluppo personale e professionale. Acquisiscono competenze trasversali come le abilità comunicative, il lavoro di gruppo, la gestione dei conflitti, le abilità linguistiche, le competenze interculturali, oltre a sviluppare la loro creatività, flessibilità e adattabilità.

Il volontariato ha un impatto enorme sull'apprendimento e sullo sviluppo delle competenze dei senior, in particolare quando l'esperienza è accompagnata da un processo di riflessione che rende il senior più consapevole delle sue conoscenze, attitudini e abilità sviluppate. Infatti, John Dewey, filosofo, psicologo e riformatore educativo americano, ha affermato: "Non impariamo dall'esperienza..... impariamo dalla riflessione sull'esperienza".

Sulla base delle ricerche del World Economic Forum abbiamo identificato 8 aree chiave di sviluppo che possono essere facilitate dall'esperienza di volontariato a livello locale o internazionale:

1. Comunicazione e uso delle tecnologie dell'informazione;
2. Lavorare in gruppo;
3. Analisi critica e risoluzione dei problemi;
4. Creatività ed intraprendenza;
5. Approcci professionali (responsabilità, flessibilità e adattabilità);
6. Organizzazione efficace;
7. Apprendere ad apprendere;
8. Gestione, leadership e support allo sviluppo di altri

Questo modulo include:

- **Modulo 5.1 : Dare e ricevere (sviluppo delle competenze)**
- **Modulo 5.2 : Lavoro di gruppo, gestione dei conflitti**
- **Modulo 5.3 : Comunicazione efficace e progettazione**

Modulo 5.1 : Dare e ricevere (sviluppo delle competenze)

Introduzione al Modulo 5.1

Questo modulo dovrebbe aumentare la consapevolezza dei volontari su cosa possono fare, a cosa vogliono contribuire e cosa vorrebbero sviluppare.

Alla fine di questo modulo, i partecipanti saranno in grado di:

- Identificare quelle che considerano le loro principali risorse (caratteristiche o competenze personali)
- Identificare i contesti in cui tali risorse potrebbero essere utili
- Identificare ciò che vorrebbero ottenere da un'esperienza di volontariato

Elenco delle unità del modulo:

- **Unità 1: Le mie risorse e dove valorizzarle**

Attività A: Gallery of Assets

Attività B: The City Builder

- **Unità 2: I miei vantaggi**

Attività A: The City Explorer



Attività di apprendimento del Modulo 5.1

Modulo 5.1 : Unità 1

Titolo dell'unità	Le mie risorse e dove valorizzarle
Introduzione, obiettivi specifici dell'unità	In this Unità i partecipanti potranno identificare quelle che considerano le loro principali risorse (caratteristiche o competenze personali) ed i contesti in cui tali risorse potrebbero essere utili.
Suggerimenti	Riflessione individuale, Discussione di gruppo
Activities	Attività A : Gallery of Assets Attività B : The City Builder
Fonti e ulteriori risorse	Sunderland, M., & Engleheart, P. (2015). Draw on your emotions: Creative ways to explore, express and understand. Speechmark Publishing: London.

Attività di apprendimento A

Attività A	Gallery of Assets / Galleria delle risorse
Sistemazione	Lavoro individuale, seduti
Descrizione dell'attività	Chiedere ai partecipanti di disegnare o scrivere nelle cornici fornite le proprie caratteristiche personali che valutano come veramente preziose, aspetti che ritengono meritino di essere incorniciati! Questi possono includere caratteristiche personali, competenze relazionali o abilità tecniche. Dopo 10 minuti, ogni partecipante condivide con il gruppo il contenuto di almeno 2 cornici. Discutere su quanto possa essere difficile per le persone a volte riconoscere o dichiarare che cosa apprezzano di se stessi e quanto più ricco può essere il loro contributo agli altri una volta che sanno qual è il meglio che hanno da offrire.
Risorse	
Dotazione	Penne e/o matite colorate Stampe di cornici
Durata	Min: 30 min Max: 45 min
Commenti e suggerimenti	Formatore: Might have to explain what personal characteristics (personality traits) are, as well as soft skills (behavioural skills), or technical skills (to know how to do). Potrebbe essere necessario spiegare cosa intendiamo per caratteristiche personali (tratti della personalità), cosa intendiamo per competenze relazionali (abilità comportamentali, sapere stare insieme ad altri), o per abilità tecniche (sapere fare). Se i partecipanti si bloccano, il formatore può aggiungere: "Se il tuo „io critico” ti suggerisce di 'Non essere arrogante' o 'Non vantarti', mettilo su una nuvola e lascialo volare via".

Attività di apprendimento B

Attività B	The City Builder / Il costruttore di città
Sistemazione	Lavoro individuale, seduti o muovendosi nella stanza
Descrizione dell'attività	Chiedere ai partecipanti di scegliere 3 cornici (dall'attività precedente) su cui vorrebbero soffermarsi e condividerli con il vicino di destra. Chiedete ad ogni partecipante di dettagliare, per ogni cornice, almeno <u>un</u> contesto: - Dove vorrebbero candidarsi/offrire <u>le proprie</u> risorse - Dove pensano che le risorse <u>dei loro vicini</u> possano essere messe a buon uso Il "contesto" può includere luoghi (ad esempio, un ospedale) o un certo target group (ad esempio, i senzatetto) che trarrebbero beneficio dalle risorse impiegate. Chiedere ai partecipanti di scrivere ogni contesto (indipendentemente dalla risorsa ad esso associata) su un foglio di carta (1 contesto per foglio). Poi, invitateli a costruire una città, distribuendo i fogli sul pavimento: sono luoghi/enti/istituzioni/persone che si trovano in città. Discussione su come le risorse di un volontario possono essere utili in diversi contesti.
Risorse	
Dotazione	Penne e/o matite colorate Carta
Durata	Min: 25 min Max: 40 min
Commenti e suggerimenti	Formatore : Partecipanti :



Modulo 5.1 : Unità 2

Titolo dell'unità	I miei profitti
Introduzione, obiettivi specifici dell'unità	In questa unità i partecipanti rifletteranno su ciò che vorrebbero ricevere, guadagnare da un'esperienza di volontariato (in particolare, quali competenze vorrebbero sviluppare).
Suggerimenti	Discussione a coppie
Attività	Attività A : The City Explorer
Fonti e ulteriori risorse	Sunderland, M., & Engleheart, P. (2015). Draw on your emotions: Creative ways to explore, express and understand. Speechmark Publishing: London.

Attività di apprendimento A

Attività A	The City Explorer / L'esploratore di città
Sistemazione	A coppie, camminando per la stanza
Descrizione dell'attività	Chiedere ai partecipanti di immaginare che l'aula di formazione sia una città. Poi mettete i partecipanti a coppie. Le coppie visiteranno la città immaginaria camminando insieme intorno alla stanza e visitando i luoghi della città che preferiscono, ad esempio l'ospedale, il giardino, una ONG che lavorano con i rifugiati, un centro giovanile, centro di cura degli animali, ecc. Condividere con il partner cosa si trova lì e come vi sentite lì. Discutete di ciò che ognuno di voi <u>pensa di poter guadagnare o vorrebbe guadagnare</u> svolgendo un progetto di volontariato in quella realtà (o con quel target group). Ogni partecipante porta con sé un foglio e una penna. Prima di partire per il prossimo luogo, ogni partecipante valuta (da 1 a 10) il contesto che ha appena visitato e scrive una breve nota per spiegare il punteggio dato (era basato sui propri sentimenti, quali sentimenti?; sui profitti che immaginano di poter ottenere?). Condividere il processo in plenaria.
Risorse	
Dotazione	Penne, carta
Durata	Min: 20 min Max: 30 min
Commenti e suggerimenti	Formatore: Invece di svolgere l'attività utilizzando solo la fantasia dei partecipanti, si può utilizzare una rappresentazione di una città con luoghi diversi o anche scrivere su fogli di carta luoghi diversi della città e distribuirli in luoghi diversi della stanza. Partecipanti:

Modulo 5.2 : Lavoro di gruppo, gestione dei conflitti

Introduzione al Modulo 5.2

In questo modulo, rivolto a potenziali volontari, è possibile esplorare il livello di proattività necessario per un gruppo di successo, come ad esempio un'organizzazione con le proprie dinamiche e il proprio stile di comunicazione. La flessibilità e l'adattamento ai limiti e alle risorse esistenti sono condizioni fondamentali per un'agevole integrazione in un nuovo gruppo di persone, tutte con caratteristiche di personalità e comportamenti diversi, influenzati sia dalla loro esperienza che dal loro ruolo nell'organizzazione.

Alla fine di questo modulo, i partecipanti saranno in grado di capire meglio:

- Il lavoro di squadra
- l'interazione e l'interdipendenza
- la gestione dei conflitti
- la gestione delle risorse

Elenco delle unità coperte dal modulo:

- **Unità 1 : Lavoro di gruppo e gestione organizzazionale**

Attività A - EGGSSercize

Attività B - bidibiBODYbibu



Attività di apprendimento del Modulo 5.2

Modulo 5.2 : Unità 1

Titolo dell'unità	Lavoro di gruppo e gestione dell'organizzazione
Introduzione, obiettivi specifici dell'unità	L'unità ha lo scopo di: - sperimentare diverse situazioni organizzative basate sull'interazione e sull'interdipendenza - sviluppare la capacità dei partecipanti di affrontare i limiti e le risorse in un contesto organizzativo - esplorare e sperimentare la gestione dei conflitti
Suggerimenti	
Attività	Attività A - EGGScercize Attività B – bidibiBODYbibu
Fonti e ulteriori risorse	Sunderland, M., & Engleheart, P. (2015). Draw on your emotions: Creative ways to explore, express and understand. Speechmark Publishing: London.

Attività di apprendimento A

Attività A	EGGScercize
Sistemazione	Il Eggscercize si svolge in gruppi; suggeriamo che il gruppo sia formato da un massimo di 4-6 persone e di avere almeno 3 gruppi.
Descrizione dell'attività	In una parte dell'aula formativa, preparare una corda resistente che va da un lato all'altro della stanza. Installarla a circa 2 metri di altezza. Appendere le uova fresche attaccandole alla corda con una corda più fine (una corda che bruciando può rilasciare l'uovo). Ricordate di caratterizzare le uova con facce strane e divertenti (empatia).  Dividere i partecipanti in gruppi e dare ad ogni gruppo un nome o un numero. Distribuire le istruzioni e leggerle due volte ad alta voce: Al momento opportuno, la corda che tiene sospeso l'uovo sarà tagliata e l'uovo cadrà. Il vostro compito è quello di costruire un dispositivo che: 1. Impedirà che l'uovo si rompa. 2. Non toccherà in alcun modo né l'uovo, né la sua corda.

	3. Non sarà attaccato (fissato) al suolo o a qualsiasi altro oggetto. 4. Sarà costruito solo con il materiale che vi verrà dato. Mentre lavorate, ricordate che: • <u>Non potete parlare</u> (in nessuna lingua!!) • Avete <u>esattamente</u> 30 minuti (il formatore vi dirà quando fermarvi) • È necessario che <u>tutto il gruppo partecipi</u> al processo • Dovete <u>riportare il materiale</u> non utilizzato. Una giuria di esperti in "egg-ology" valuterà il vostro lavoro sulla base dei seguenti criteri: - Integrità dell'uovo - fino a 5 punti - Originalità del dispositivo - fino a 3 punti - Ottimizzazione dell'uso delle risorse (materiali, tempo....) - fino a 3 punti - Fattore estetico - fino a 2 punti 
Risorse	
Dotazione	6 uova fresche, una corda lunga e resistente, sacchi di spazzatura (per proteggere il pavimento dalle uova rotte), accendino. Materiali per ogni gruppo che devono essere identici in termini di quantità e qualità: • 1 busta di plastica (che contiene gli altri materiali e che può essere utilizzata per svolgere il compito – non fornite questa informazione, ma rispondete ai partecipanti che lo chiedono dicendo: “Potete utilizzare tutti i materiali che vi sono stati dati!”) • 10 fogli di carta A4 di diversi colori • 10 fogli di carta A3 di diversi colori • 1 graffettatrice (con punti) • 8 spiedi di legno • 1 rotolo di scotch carta intero e non utilizzato • 2 forbici • 2 stick colla

	• 2 palloncini gonfiabili • 4 corde Fuori dalla busta: Flipchart e pennarelli
Durata	Min: 60 min Max: 120 min
Commenti e suggerimenti	Partecipanti : Dare ai partecipanti una versione stampata delle domande guida per un primo debriefing del piccolo gruppo sul lavoro fatto. Sarà nominato 1 reporter tra loro per prendere appunti da condividere poi in plenaria. Le domande sono: 1. Sei soddisfatto? Insoddisfatto? Perché? 2. Il progetto e il dispositivo sono diversi? In che cosa differiscono? Perché? 3. Quali difficoltà di comunicazione avete incontrato? Come le avete affrontate? 4. Sei soddisfatto del modo in cui hai utilizzato i materiali e del tempo a disposizione per costruire il dispositivo? Perché? 5. Sei riuscito a collaborare alla realizzazione del progetto? 6. Come valuti il tuo contributo all'interno del gruppo? 7. Cosa ne pensi del verdetto della giuria? 8. Cosa ne pensi del tuo lavoro di gruppo, rispetto a quello degli altri? 9. Ha mai svolto un'attività simile prima d'ora? Questo fatto ti ha influenzato in qualche modo? Come? Perché? Debriefing dell'intero gruppo in plenaria. Formatore : Remember to prepare a chart on a flipchart for recording the results of the evaluation of the judges for each item in each group, in order to reveal the results in public - after building suspense! Go through the debriefing in the full group, question by question listening to each group and taking notes on a flipchart about the relevant conclusions

Attività di apprendimento B

Attività B	bidibiBODYbibu
Sistemazione	Avrete bisogno di una stanza grande e di altre 2 stanze per realizzare l'attività. Quanta più distanza c'è tra le stanze, più il gioco sarà complesso. 2 differenti spazi per il debriefing sono necessari, uno per una discussione per gruppo colore (squadra) e l'altra per una successiva discussione per ruolo (tutte le mani insieme, tutti gli occhi insieme, ecc.). Queste 2 fasi accompagneranno una autovalutazione di quanto accaduto, grazie a delle domande guida riportate negli allegati. E' possibile ad ogni fase valutativa fare seguire una condivisione in plenaria ed una sintesi finale effettuata con il supporto del formatore.

	Avrete bisogno di almeno 2 gruppi di 6 partecipanti per fare funzionare il gioco, ma il numero dei gruppi può essere aumentato in multipli di 6 partecipanti (18, 24, etc...). In caso di numeri dispari è possibile aggiungere gli osservatori (vedere le istruzioni in allegato) oppure duplicare MR/MS YES NO.
Descrizione dell'attività	BidibiBODYbibu è un'evoluzione di un'altra attività più conosciuta come "il fax". Gruppi di 6 membri hanno il compito di riprodurre un'immagine complessa più in dettaglio possibile. Ogni ruolo nel team ha differenti abilità e limiti per l'interazione. Obiettivo L'obiettivo del gioco per ciascun gruppo di 6 membri è quello di riprodurre un'immagine complessa usando più dettagli possibili. Normalmente è un'attività usata durante sessioni di formazione incentrate sulla comunicazione all'interno di una organizzazione. Essendo un'attività molto interattiva e complessa può portare a molti risultati che vanno a toccare la comunicazione interpersonale, la strategia, il lavoro di gruppo (specialmente sulla gestione dei ruoli e la divisione dei compiti). Passo dopo passo BidibiBODYbibu può essere giocato in 2 o più gruppi di 6 persone. All'interno di ogni gruppo ci sono 6 differenti ruoli. Ogni ruolo ha le sue proprie regole da seguire. Il compito del gruppo è quello di riprodurre un disegno il più fedelmente possibile rispetto a quello che viene mostrato a uno dei suoi membri. Solo uno infatti potrà vedere il disegno. Ogni gruppo parte con la stessa dotazione di 20 minuti di tempo, ma grazie allo speciale ruolo di uno di loro che si dedicherà a risolvere dei quiz e degli enigmi, potrà guadagnare dei bonus tempo da aggiungere per il proprio gruppo. L'attività si svilupperà su 3 stanze: 1 per tutti coloro che ricoprono il ruolo di OCCHI, 1 per tutte le MANI e 1 per tutti i Mr. TEMPO. I 6 ruoli saranno i seguenti: OCCHIO: Ha in mano il foglio con il disegno, che la Mano nell'altra stanza deve ricopiare. E' fermo nella sua stanza, seduto su una sedia e non si può spostare. Può parlare con tutti. MANO: Deve ricopiare un disegno che non può vedere. E' fermo nella sua stanza, seduto e non si può spostare. Può parlare con la Voce e Mr. Si /No. VOCE: E' la persona attraverso la quale l'Occhio e la Mano comunicano. Può parlare con tutti, ma non può vedere perché è bendata. Può spostarsi da una stanza all'altra, ma per muoversi deve essere obbligatoriamente accompagnata dal Piede. PIEDE: E' la persona che accompagna la Voce. Può vedere ma non può comunicare con nessuno. Può spostarsi da una stanza all'altra.

	Mr/Ms SI - NO: può muoversi, vedere e anche parlare, ma solo se gli viene fatta una domanda precisa, rispondendo soltanto Sì o No. Mr/Ms TEMPO: Può muoversi, vedere, parlare con tutti ma non può parlare con la Mano. Deve superare delle prove proposte da un formatore. Ogni prova superata regala al proprio gruppo tempo extra per portare a termine il compito. Il bonus va consegnato al formatore nella stanza delle mani. Prima di iniziare i gruppi hanno a disposizione 3 minuti per dividere i ruoli all'interno del gruppo, dopo di che verranno portati ognuno nella propria stanza per dare inizio all'attività.
Risorse	
Dotazione	Video proiettore, Casse per la musica, 3 stanze, 1 pc, 4 matite, 4 gomme da cancellare, 4 piccoli tavoli quadrati o rotondi, Sedie in numero pari a quelle dei partecipanti, 4 corde, 6+6+6+6 stecchini da spiedino, 4 palle di diversi colori, Alcuni fogli di carta A4 bianchi, Alcuni fogli di carta A3 bianchi, Sarà necessario stampare anche alcune mappe che mostrino le stanze del gioco, 4 cronometri con allarme(vanno bene anche i timer da cucina), 4 bende, 2 persone di supporto, 6 pettorine verdi con stampati sopra i simboli del gioco, 6 pettorine blu con stampati sopra i simboli del gioco, 6 pettorine rosa con stampati sopra i simboli del gioco, 6 pettorine arancione con stampati sopra i simboli del gioco, 6 descrizioni dettagliate delle regole su carta verde, 6 descrizioni dettagliate delle regole su carta blu, 6 descrizioni dettagliate delle regole su carta rosa, 6 descrizioni dettagliate delle regole su carta arancione, Bonus tempo su carta verde, Bonus tempo su carta blu, Bonus tempo su carta rosa, Bonus tempo su carta arancione, Domande Mr Tempo su carta verde, Domande Mr Tempo su carta blu,

	Domande Mr Tempo su carta rosa, Domande Mr Tempo su carta arancione, 1 foglio A3 verde con stampate le possibili scelte offerte a Mr.Tempo, 1 foglio A3 blu con stampate le possibili scelte offerte a Mr.Tempo, 1 foglio A3 rosa con stampate le possibili scelte offerte a Mr.Tempo, 1 foglio A3 arancione con stampate le possibili scelte offerte a Mr.Tempo, 1 simbolo dell'OCCHIO che segnali la sua stanza, 1 simbolo della MANO che segnali la sua stanza, 1 simbolo di Mr. TEMPO che segnali la sua stanza.
Durata	Min: 60 min Max: 120 min
Commenti e suggerimenti	Partecipanti : Domande guida per la discussione per colore: 1) Cosa è successo? Come abbiamo lavorato? Ci sono stati momenti critici? Come abbiamo reagito? Ci sono stati conflitti? Come è avvenuta la comunicazione? Come abbiamo “utilizzato” il Signor Si/no? 2) Come abbiamo assegnato i ruoli nel gruppo? Avreste voluto un ruolo differente? Perché? In che maniera ciò ha influito sulla vostra prestazione? 3) Come mi sono sentito durante il gioco? (per esempio c'è stata frustrazione?) Come mi sento adesso? Avete 20 minuti per discutere queste domande come gruppo, sintetizzando le vostre risposte con trattino e frasi breve su un foglio di flipchart. Domande guida per la discussione per ruolo: 1. Siete soddisfatti? 2. Perché avete scelto questo ruolo? 3. Pensavate che sarebbe stato così? 4. Chi è stato più utile nella tua squadra? 5. Che cosa è stato più difficile? Avete 20 minuti per discutere queste domande come gruppo, sintetizzando le vostre risposte con trattino e frasi breve su un foglio di flipchart. Formatore : L'attività è basata su un approccio all'apprendimento di carattere cooperativo. Ciascuno ha successo quando il gruppo ha successo. I partecipanti devono essere totalmente coinvolti e contribuire con le proprie energie all'interno del gruppo. Ogni membro del gruppo ha un compito/ruolo/responsabilità e quindi si trova a gestire il raggiungimento di questo obiettivo e di quello generale del gruppo. L'attività fa emergere quelle competenze sociali che devono essere esercitate perché ci sia un'apprendimento cooperativo di successo. Queste abilità includono la comunicazione efficace, la comunicazione interpersonale e le competenze di gruppo. 1. Leadership 2. Presa di decisione

	3. Costruzione della fiducia 4. Comunicazione 5. Competenze nella gestione dei conflitti L'elemento chiave dell'attività è una positiva interdipendenza tra i partecipanti. Tutti i membri del gruppo devono essere coinvolti perché il gruppo possa raggiungere il proprio obiettivo. Per fare accadere ciò ogni membro deve avere un compito di cui è responsabile e che non può essere assolto da nessun altro membro di quel gruppo. La dinamicità e l'entusiasmo saranno gli effetti più visibili di questa attività. Grazie alle differenti discussioni nei gruppi colore e nei gruppi ruolo (e il successivo debriefing se necessario), l'analisi delle dinamiche occorse porta alla comparazione e alla connessione con gli eventi della vita reale all'interno di gruppi di lavoro, organizzazioni, istituzioni, gruppi di amici, ecc., mettendo in luce gli elementi necessari ad una positiva interdipendenza. Come nella vita di tutti i giorni, abbiamo bisogno delle altre persone, ma non è affatto facile lavorare insieme.
--	--



Modulo 5.3 : Comunicazione efficace e progettazione

Introduzione al Modulo 5.3

Durante questo modulo, i partecipanti si confronteranno sui principi di una comunicazione efficace come abilità necessaria per stabilire relazioni interpersonali e partecipare alla vita della società - anche facendo volontariato. Inoltre, lavoreranno sulla loro assertività – si eserciteranno ad esprimere le proprie opinioni, emozioni e atteggiamenti senza violare i diritti e le credenze altrui, senza essere aggressivi.

Alla fine di questo modulo, i partecipanti saranno in grado di:

- comunicare in modo efficace
- utilizzare correttamente il linguaggio del corpo
- comunicare in modo assertivo

Elenco delle unità coperte dal modulo:

- **Unità 1 : Comunicazione efficace ed empatia**

Attività A : Cut-out

Attività B : What does it mean for you ...?

Attività C : Bridge for natives

- **Unità 2 : Assertività**

Attività A : What is assertiveness?

Attività B : My rights

Attività C : Behavioural motivations



Attività di apprendimento del Modulo 5.3

Modulo 5.3 : Unità 1

Titolo dell'unità	Comunicazione efficace ed empatia
Introduzione, obiettivi specifici dell'unità	Durante questo modulo, i partecipanti si confronteranno sui principi di una comunicazione efficace come abilità necessaria per stabilire relazioni interpersonali e partecipare alla vita della società - anche facendo volontariato.
Suggerimenti	Lavoro individuale Discussione di gruppo Lavoro di gruppo Brainstorming
Activities	Attività A : Cut-out Attività B : What does it mean for you ...? Attività C : The bridge for natives
Fonti e ulteriori risorse	

Attività di apprendimento A

Attività A	Cut-outs / Ritagli
Sistemazione	Lavoro individuale, discussione di gruppo
Descrizione dell'attività	L'esercizio mira a mostrare gli errori più comuni nella comunicazione. Svolgimento: 1. Il formatore consegna a ciascun partecipante un foglio di carta. 2. Poi chiede ai partecipanti di tenere il foglio in mano, di chiudere gli occhi durante l'attività e di non fare domande. 3. Istruzione: "Piegare il foglio a metà e strappare l'angolo in alto a destra. Poi piegare di nuovo il foglio a metà e strappare l'angolo in basso a sinistra. Piegare il foglio a metà per l'ultima volta e strappare l'angolo in basso a destra. 4. Il formatore chiede ai partecipanti di mostrare i loro fogli. Come risultato di questa attività ci sono fogli di carta di forme diverse. Il formatore discute con il gruppo le cause di queste differenze e poi si interroga sui limiti del processo di comunicazione, tra cui: - usare parole e messaggi che non sono precisi - nessuna comunicazione bilaterale - nessun contatto visivo - ascolto disattento - disturbi esterni (es. rumori) - mancanza di concentrazione - diverse esperienze, ecc. Tutte questi limiti sono raccolti su un foglio di Flipchart.
Risorse	
Dotazione	Fogli di carta colorata, Flipchart, pennarelli
Durata	Min: 30 Min
	Max: 60 Min

Commenti e suggerimenti	Formatore : non permettere ai partecipanti di parlare durante l'attività
	Partecipanti :

Attività di apprendimento B

Attività B	What does it mean for you...? / Cosa significa per te?
Sistemazione	Lavoro individuale, discussione di gruppo
Descrizione dell'attività	L'attività mira a mostrare un diverso approccio all'interpretazione di messaggi non specifici. Svolgimento: Il formatore distribuisce ai partecipanti fogli con l'esercizio "PRECISIONE IN COMUNICAZIONE". Ogni partecipante deve rispondere alle domande sul foglio. Poi ogni persona legge le risposte alle singole domande (prima tutti rispondono alla domanda n. 1, poi alla domanda n. 2, n. 3, ecc.). Dopo aver completato questa parte dell'esercizio, il formatore inizia una discussione sulla corretta formulazione dei messaggi, sui problemi causati dall'uso di parole astratte (molto, poco, alcuni, ecc.) e sulla necessità di usare termini precisi (non "Passo più tardi." ma per esempio "Sarò lì alle 08.00 precise."
Risorse	Questionario "PRECISIONE IN COMUNICAZIONE".
Dotazione	Stampe del questionario "PRECISIONE IN COMUNICAZIONE". Penne
Durata	Min: 30 min
	Max: 60 min
Commenti e suggerimenti	Formatore :
	Partecipanti :

Attività di apprendimento C

Attività C	The bridge for natives / Il ponte per i nativi
Sistemazione	Lavoro di gruppo, discussioni
Descrizione dell'attività	L'attività mira ad evidenziare le differenze negli stili di comunicazione tra le persone. Svolgimento: 1. Il formatore divide i partecipanti in due gruppi (ad esempio estraendo carte colorate da una busta): Specialisti e Nativi. 2. Ogni gruppo riceve istruzioni sul compito che dovrebbe svolgere. 3. I gruppi eseguono l'esercizio secondo le istruzioni fornite. Dopo aver completato l'esercizio, il formatore inizia una discussione sulle differenze nella comunicazione e nell'uso della lingua, così come sul bisogno di empatia e comprensione di queste differenze. Questa è

	una competenza particolarmente importante per i volontari e per tutti coloro che vogliono impegnarsi nel sociale e supportare gli altri (persone di diversa età, diversa istruzione, diverso status sociale, livello di intelligenza, ecc. – che implicano modi di comunicazione differenti) Il formatore dovrebbe anche sollevare la questione della comunicazione non verbale e il suo ruolo nella costruzione di un messaggio coerente. Un buon inizio per la discussione è l'esercizio "Conversazione senza parole". Il formatore chiede ai partecipanti di fare coppie, sedersi fianco a fianco e scegliere insieme qualsiasi argomento di conversazione (interessante per entrambi). Poi, invita i partecipanti ad una conversazione di 3 minuti a coppie su un argomento scelto, ma vieta loro di mantenere il contatto visivo e di muoversi. Dopo aver finito, il formatore chiede impressioni sulla conversazione condotta in questo modo. Poi brainstorming: quali messaggi non verbali usiamo? Il formatore scrive le risposte sulla lavagna e discute ognuna di esse: - contatto visivo - attitudine - gestualità - distanza - modo di vestirsi Il formatore sottolinea anche il ruolo della comunicazione non verbale basata sul principio noto come "Principio 7-38-55" di Albert Mehrabian, secondo il quale la percentuale delle componenti atteggiamenti, sentimenti ed emozioni nella comunicazione è la seguente: - parole pronunciate - 7% - tono, voce 38% - comunicazione non verbale 55%
Risorse	Istruzioni per i gruppi.
Dotazione	Stampe delle istruzioni Scotch carta Forbici Fogli di carta Colla Pennarelli Flipchart
Durata	Min: 90 min Max: 120 min
Commenti e suggerimenti	Formatore: dovrebbe incoraggiare i partecipanti a partecipare attivamente, ma assicurarsi che non ci siano conflitti. Partecipanti :

Modulo 5.3 : Unità 2

Titolo dell'unità	Assertiveness
Introduzione, obiettivi specifici dell'unità	I partecipanti lavoreranno sulla loro assertività: si eserciteranno ad esprimere le proprie opinioni, emozioni e atteggiamenti senza violare i diritti e le credenze altrui, senza essere aggressivi.
Suggerimenti	Discussioni in plenaria ed in piccolo gruppi Brainstorming
Activities	Attività A : What is assertiveness? Attività B : My rights Attività C : Behavioural motivations
Fonti e ulteriori risorse	

Attività di apprendimento A

Attività A	What is assertiveness? / Cos'è l'assertività?
Sistemazione	Brainstorming, Seduti in cerchio
Descrizione dell'attività	Il formatore scrive sulla lavagna la domanda "Che cosa significa per te l'assertività? Poi inizia un brainstorming sul concetto di assertività, i partecipanti devono dire tutto ciò che associano all'assertività, ciò di cui hanno sentito parlare, ciò che hanno imparato, ecc. Il formatore scrive tutte le risposte sulla lavagna e poi riassume l'intero esercizio indicando quali affermazioni sono effettivamente collegate all'assertività e quali no. Poi introduce i partecipanti alla seguente definizione di assertività: "L'assertività è una forma di comportamento caratterizzato da una dichiarazione convinta o di un'affermazione di un'opinione senza bisogno di prove; questo afferma i diritti o il punto di vista della persona senza minacciare aggressivamente i diritti di un altro (assumendo una posizione dominante) o permettere ad un altro di ignorare o negare i propri diritti o il proprio punto di vista" (preso da: <i>Dorland's Medical Dictionary</i>).
Risorse	
Dotazione	Flipchart Pennarelli
Durata	Min: 30 min Max: 45 min
Commenti e suggerimenti	The Formatore : dovrebbe incoraggiare i partecipanti ad elencare il maggior numero possibile di associazioni, anche se sembrano sbagliate, divertenti o poco sagge. Partecipanti :

Attività di apprendimento B

Attività B	My rights / I miei diritti
Sistemazione	Tutto il gruppo seduto in cerchio
Descrizione dell'attività	1. Il formatore distribuisce fogli di carta e chiede a tutti di firmarli e di scrivere una legge a cui hanno diritto. 2. I partecipanti si scambiano i fogli e aggiungono ulteriori leggi, diverse da quelle già scritte prima. Come risultato, ogni partecipante avrà tanti diritti quanto il numero totale dei partecipanti. 3. Quando i fogli tornano ai proprietari, il formatore chiede a tutti di fare un'analisi dei diritti scritti: sono assertivi? 4. In sintesi, in formatore fa una presentazione delle leggi sull'assertività. Lo specialista in pubbliche relazioni Herbert Fensterheimer è il creatore di 5 leggi che si riferiscono al comportamento assertivo: 1. Hai il diritto di fare quello che vuoi finché non fa male a qualcun altro. 2. Hai il diritto di mantenere la tua dignità attraverso un comportamento assertivo, anche se danneggia qualcun altro, purché le tue intenzioni non siano aggressive ma assertive. 3. Hai il diritto di presentare le tue richieste agli altri purché tu creda che l'altra persona abbia il diritto di rifiutare. 4. Ci sono situazioni tra persone in cui i diritti non sono ovvi. Tuttavia, avete sempre il diritto di discutere e spiegare la questione con un'altra persona. 5. Avete il diritto di esercitare i vostri diritti. Se non li usate, accettate di toglierli. Queste cinque affermazioni costituiscono la base della teoria dell'assertività e della formazione delle abilità assertive. Sono state create molte definizioni del concetto.
Risorse	
Dotazione	Fogli di carta, penne, cartellone che presenta le leggi dell'assertività
Durata	Min: 30 min Max: 60 min
Commenti e suggerimenti	Formatore : dovrebbe assicurarsi che ogni partecipante non abbia 2 diritti uguali o simili Partecipanti :

Attività di apprendimento C

Attività C	Behavioural motivations / Motivazioni comportamentali
Sistemazione	In 3 piccoli gruppi, seduti
Descrizione dell'attività	All'inizio dell'attività, il formatore fa una breve presentazione su tre tipi di comportamento: - comportamento aggressivo - è rappresentato da qualcuno che si sforza efficacemente di raggiungere i propri obiettivi, ma lo fa in modo ostile, causando conflitti, dando all'altra persona un senso di inferiorità. Questo significa minacce, ostilità, trattare gli altri come avversari, trasgressione dei diritti, rabbia, conflitti con l'ambiente, ma anche incertezza e desiderio di attenzione. - comportamento sottomesso - qualcuno che è inefficace, che cede il passo agli altri, non sempre è in grado di difendere i propri interessi, cede agli altri in nome di una buona atmosfera e di rapporti amichevoli con le persone. Questo significa sottomettere se stessi agli altri, limitare i propri diritti, mancanza di fiducia in se stessi, fuga dal prendere decisioni, paura della reazione degli altri, senso di danno e sottovalutazione. - assertività - è una piena espressione di sé stessi nei rapporti con gli altri e la capacità di legiferare e difendere i propri diritti senza provare disagio e senza trascurare gli altri. Svolgimento: 1. Il formatore divide i partecipanti in tre gruppi e distribuisce i compiti: - gruppo 1 - "Motivi del comportamento aggressivo" - gruppo 2 - "Motivi del comportamento assertivo" - gruppo 3 - "Motivi dei comportamenti sottomessi" 2. I gruppi discutono le ragioni del comportamento, le scrivono su metà di un foglio di Flipchart e la persona selezionata da ogni gruppo presenta i risultati del lavoro di gruppo in plenaria. 3. Il formatore aggiunge alle affermazioni dei partecipanti ulteriori motivazioni significative che non erano state menzionate. 4. Poi, in gruppi, i partecipanti compilano la seconda metà del foglio di Flipchart con le risposte alla domanda "Potenziali conseguenze di tale comportamento" e le presentano nuovamente in plenaria.

	5. Sintesi – confrontarsi sulla domanda "Qual è il comportamento più efficace e appropriato", che spinge i partecipanti ad esprimere le proprie opinioni e credenze. Un cartellone con gli slogan può essere usato per riassumere: COMPORTAMENTO SOTTOMESSO: - rispettare i diritti degli altri - la violazione dei propri diritti COMPORTAMENTO AGGRESSIVO: - rispetto dei propri diritti - l'inosservanza dei diritti altrui COMPORTAMENTO ASSERTIVO: - rispetto dei propri diritti - rispetto dei diritti degli altri
Risorse	
Dotazione	Flipchart Pennarelli Nastro adesivo
Durata	Min: 60 min Max: 90 min
Commenti e suggerimenti	Formatore : Partecipanti :



Note

Note



Erasmus+ KA2 Educazione degli Adulti
Progetto “Local and International Active Seniors”



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

This project has been funded with support from the European Commission.
This publication reflects the views of the author only, and the Commission cannot be held
responsible for any use which may be made of the information contained therein

Questo progetto è stato finanziato con il support della Commissione Europea.

Questa pubblicazione riflette esclusivamente il punto di vista dell'autore; la
Commissione Europea non può essere ritenuta responsabile dell'uso fatto delle
informazioni qui contenute.

No 2017-1-UK01-KA204-036596