

MATERIALE DI SUPPORTO PER I VOCATIONAL ADVISORS

Guida alle Metodologie per Formatori



Sommario

Introduzione.....	1
Struttura della guida, obiettivi e metodologie.....	2
Gioco di ruolo (Role play).....	4
Modello di risoluzione del conflitto (Thomas-Kilmann Conflict Mode Instrument - TKI).....	5
Tecnologia Open Space.....	7
Pianificazione dell'azione (Action planning).....	8
Problem based learning.....	10
Utilizzo di Filmati.....	11
Mappa concettuale (Mapping).....	13
Tecniche di Improvvisazione teatrale.....	16
Il gioco di ruole del colloquio di lavoro	17
Storyboard.....	18
Storytelling.....	19
Personas.....	21



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

Il sostegno della Commissione europea alla produzione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione del contenuto, che riflette esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile per l'uso che può essere fatto delle informazioni ivi contenute.

PROGETTO EILM

Il **progetto Intelligenza Emotiva sul Mercato del Lavoro** supporta giovani adulti e adulti nello sviluppo della loro intelligenza emotiva e nella migliore integrazione nel mercato del lavoro sempre più esigente. Il progetto ha riunito aziende, agenzie pubbliche e ONG per creare risorse educative innovative e aggiornate e strumenti di coaching per supportare i consulenti dell'istruzione e della formazione professionale (VET) nel loro lavoro con gli studenti - giovani adulti e adulti

STRUTTURA DELLA GUIDA EILM

La GUIDA EILM fa parte della raccolta EILM di materiali di supporto per consulenti professionali e include informazioni sulle risorse metodologiche per l'orientamento. Al fine di creare la guida, il partenariato ha selezionato alcune risorse metodologiche appropriate per l'orientamento, ha descritto ciascuna di esse e i requisiti necessari per l'implementazione.

La Guida EILM è stata progettata come supporto aggiuntivo del Manuale EILM per formatori e consulenti VET in Europa. Il primo passo per la partnership EILM è stato raccogliere informazioni sulle risorse metodologiche per la formazione e l'orientamento sulle abilità emotive degli studenti VET da includere nella guida. I metodi sono stati selezionati in base ai capitoli del Manuale sulla base della struttura e del modello di intelligenza emotiva sviluppati da Adele B. Lynn affrontando le competenze di intelligenza emotiva più dal punto di vista del posto di lavoro e considerando come aree di intelligenza emotiva l'autoconsapevolezza e l'autocontrollo, la competenza sociale, l'influenza personale e la padronanza degli obiettivi e della visione.

La struttura della Guida EILM si basa sul primo output del progetto, il questionario sviluppato dalla partnership per verificare le conoscenze degli studenti e delle persone legate in generale all'intelligenza emotiva. Il questionario include 5 fattori che sono stati la fonte ispiratrice per costruire i moduli:

- **Riconoscere e comprendere le proprie e altrui emozioni** finalizzate ad approfondire il riconoscimento delle emozioni attraverso le parole e i comportamenti propri e altrui che vengono espressi.
- **Sensibilità emotiva e controllo delle emozioni** finalizzato ad approfondire le dimensioni dell'Intelligenza Emotiva e l'equilibrio di questi aspetti per lo sviluppo di un adeguato Quoziente Emotivo nella vita quotidiana e sul posto di lavoro.
- **Apertura emotiva e preferenze di personalità sulla natura del lavoro** che consentono di approfondire l'influenza delle emozioni nei contesti di lavoro, analizzando le situazioni in cui le emozioni influenzano la motivazione personale per riuscire nelle proprie mansioni e il perseguimento degli obiettivi organizzativi nonché incidenza del gruppo nel determinare il clima all'interno di un contesto professionale come base per lo sviluppo delle relazioni.

- **Competenze valutative e decisionali in situazioni problematiche** che consentono di analizzare le situazioni relazionali che possono comportare un carico emotivo per la persona come conflitti, richieste indesiderate, richieste di aiuto o gestione critica e la capacità di gestire il relativo stress.
- **Empatia e generazione di soluzioni nelle situazioni interpersonali** mirate ad approfondire l'importanza e l'attitudine empatica nelle situazioni relazionali da sviluppare attraverso l'esercizio dell'"ascolto attivo". Si tratta di un metodo che permette di coniugare l'attenzione al contenuto del messaggio dell'interlocutore con l'ascolto delle emozioni veicolate attraverso la comunicazione, al fine di ottenere una più profonda comprensione dell'altro.

OBIETTIVI DELLA GUIDA EILM

Lo scopo della guida è sviluppare una metodologia per i formatori di studenti VET raccogliendo risorse metodologiche e pedagogiche per sviluppare efficacemente abilità e competenze di intelligenza emotiva. Le metodologie proposte incorporano strumenti innovativi per sviluppare le capacità e le competenze di intelligenza emotiva identificate nelle precedenti fasi del progetto. Per raggiungere l'obiettivo, la partnership ha identificato gli elementi chiave delle metodologie dirette e indirette nello sviluppo delle competenze emotive, ha definito i criteri per selezionare la metodologia o lo strumento più appropriato durante lo sviluppo delle competenze emotive. La partnership ha descritto ciascuna risorsa e le condizioni metodologiche per la sua attuazione, alcuni casi pratici e linee guida per la progettazione di attività nei programmi di formazione sulle abilità emotive degli adulti.

METODOLOGIE EILM

L'insieme dei metodi/Metodologie descritti nella Guida EILM, che incorporano strumenti specifici e innovativi, può essere utilizzato all'interno della formazione per sviluppare efficacemente abilità e competenze di intelligenza emotiva.

Esiste una forte connessione tra il sistema modulare sviluppato nella fase precedente del progetto e queste metodologie, esse rappresentano infatti un ulteriore e utilissimo set da utilizzare durante la formazione. I formatori selezioneranno le metodologie o gli strumenti appropriati mentre sviluppano le competenze emotive.

Le metodologie descritte appartengono alle seguenti strategie didattiche:

- Le **istruzioni interattive** si basano molto sulla discussione e sulla condivisione tra i partecipanti. Seaman e Fellenz (1989) suggeriscono che la discussione e la condivisione forniscono agli studenti l'opportunità di "reagire alle idee, all'esperienza, alle intuizioni e alle conoscenze dell'insegnante o dei pari e di generare modi alternativi di pensare e sentire" (p. 119). Gli studenti possono imparare dai compagni e dagli insegnanti a sviluppare capacità e abilità sociali, ad organizzare i propri pensieri e a sviluppare argomentazioni razionali.

La strategia di istruzione interattiva consente una gamma di raggruppamenti e metodi interattivi. Questi possono includere discussioni totali in classe, discussioni o progetti in piccoli

gruppi o coppie o triadi di studenti che lavorano insieme su compiti. È importante per l'insegnante delineare l'argomento, la quantità di tempo di discussione, la composizione e la dimensione dei gruppi e le tecniche di relazione o condivisione. L'istruzione interattiva richiede il perfezionamento delle capacità e abilità di osservazione, ascolto, interpersonali e di intervento da parte sia dell'insegnante che degli studenti. Il gioco di ruolo è un metodo tipico basato su istruzioni interattive.

- **L'apprendimento esperienziale** è induttivo, centrato sullo studente e orientato all'attività. La riflessione personalizzata su un'esperienza e la formulazione di piani per applicare gli apprendimenti ad altri contesti sono fattori critici nell'apprendimento esperienziale efficace. L'apprendimento esperienziale si verifica quando gli studenti:

- Partecipano ad un'attività;
- guardano in modo critico all'attività per chiarire apprendimenti e sentimenti;
- traggono spunti utili da tale analisi; e,
- mettono in pratica gli apprendimenti in nuove situazioni. (Pfeiffer & Jones, 1979)

L'apprendimento esperienziale può essere visto come un ciclo composto da cinque fasi, tutte necessarie:

- **sperimentazione** (si verifica un'attività);
- **condivisione** o pubblicazione (vengono condivise reazioni e osservazioni);
- **analisi** o elaborazione (vengono determinati modelli e dinamiche);
- **inferenza** o generalizzazione (i principi sono derivati) e,
- **fare domande** (si pianifica di utilizzare l'apprendimento in nuove situazioni).

L'enfasi nell'apprendimento esperienziale è sul processo di apprendimento e non sul prodotto. Storytelling, Storyboard e apprendimento basato sui problemi sono esempi di apprendimento esperienziale.

Le strategie didattiche descritte e utilizzate all'interno dei metodi sviluppati sono in linea con i concetti di istruzione efficace. Questo è guidato da approcci pedagogici generali e pratiche educative specifiche. Gli approcci e le pratiche didattiche si basano sulle seguenti convinzioni su ciò che costituisce un'istruzione efficace.

1. L'istruzione efficace è eclettica. La pratica dell'insegnamento professionale non è vincolata dalla convinzione che esista un modo migliore. Gli insegnanti dovrebbero essere invitati ad ampliare la loro gamma di approcci didattici in un ambiente sicuro e a rischio.

2. Un'istruzione efficace è direttamente collegata al successo dell'esperienza di apprendimento.

3. Un'istruzione efficace è una pratica professionale potenziata in azione. Il giudizio didattico deve essere incoraggiato in modo che gli studenti acquisiscano la flessibilità necessaria per adattare la pratica didattica per soddisfare un'ampia varietà di esigenze.

4. Un'istruzione efficace è generativa e dinamica.

5. Un'istruzione efficace riconosce che c'è un'arte oltre alla scienza nell'insegnamento. Un'istruzione efficace deriva da una miscela di arte e scienza dell'insegnamento.

6. Un'istruzione efficace trova la migliore espressione quando gli educatori collaborano per sviluppare, implementare e perfezionare le loro pratiche professionali. La pratica didattica può essere migliorata attraverso un'attenzione costante e sistematica allo sviluppo professionale.

La partnership ha spiegato nel dettaglio ogni metodo/metodologia sottolineandone vantaggi e svantaggi, possibili rischi, trucchi e suggerimenti.

Gioco di ruolo (ROLE PLAY)

Titolo Metodo/Metodologia	Gioco di ruolo
Breve descrizione del metodo/metodologia	Lo scopo dell'esercizio è trasferire agli studenti i concetti di ascolto attivo e rispettoso. Questi concetti saranno presentati prima a livello teorico e successivamente attraverso un brainstorming con gli allievi sul loro significato. Dopo questo breve esercizio, il gruppo di studenti sarà diviso in 3 gruppi. All'interno di ciascun gruppo, agli studenti verrà assegnato un preciso ruolo che dovranno interpretare: soggetto (mittente del messaggio), ascoltatore attivo (ricevente) e osservatore. Gli studenti definiranno il contesto e il problema da presentare e da discutere nel role play. Infine, verrà messo in atto il gioco di ruolo tra il soggetto e l'ascoltatore attivo, in cui il soggetto dovrà esporre e trasferire la propria opinione su questo problema, e l'ascoltatore darà i propri feedback, con l'osservatore che prende appunti sullo scambio comunicativo da un punto di vista comportamentale, di linguaggio ed emotivo.
Come si potrebbe utilizzare il metodo / la metodologia per sviluppare l'EQ?	Gli studenti stabiliranno una comunicazione positiva che favorisce la comprensione. Gli studenti alla fine dovranno essere in grado di rispondere alle seguenti domande: Cosa mi vuole dire? Cosa ne pensa? Cosa prova a riguardo? Ciò garantirà un buon livello di auto riflessione e lascerà loro spazio per imparare e capire come funziona l'empatia in una situazione di vita reale. Gli argomenti del gioco di ruolo il più delle volte utilizzano scenari come negoziazione, dibattito, lavoro di squadra, cooperazione. L'obiettivo finale è aiutare gli studenti a comprendere e lavorare sullo sviluppo del loro EQ.
Vantaggi / benefici del metodo / metodologie	Questo metodo ha molti vantaggi confermati. Uno di questi è rappresentato dalla motivazione e dal coinvolgimento che porta negli studenti. È un modo per migliorare le strategie di insegnamento, rendendo facile

	per il formatore portare il suo punto di vista e per lo studente capirlo. Gli esercizi di gioco di ruolo sono una tecnica utile nello sviluppo delle competenze trasversali e delle abilità interpersonali in quanto forniscono scenari del mondo reale per aiutare gli studenti ad imparare facendo. Inoltre, forniscono opportunità di osservazione critica e si concludono in una sessione di feedback in cui i partecipanti discutono su ciò che hanno appreso.
Rischi per metodo / metodologie	Nonostante i suoi vantaggi e comprovati risultati positivi dell'utilizzo del gioco di ruolo per insegnare l'EQ, ci sono anche alcuni svantaggi in questo metodo. Ad esempio, alcuni partecipanti potrebbero non trovarsi a proprio agio con scenari di gioco di ruolo che alla fine influenzerebbero le prestazioni complessive del gruppo. Alcuni di loro si sentirebbero intimiditi interpretando un ruolo o potrebbero avere "paura del palcoscenico", provocando alti livelli di ansia quando partecipano a tali esercizi.
Suggerimenti e trucchi di metodo / metodologia derivante dall'esperienza del partner.	<ul style="list-style-type: none"> - Preparazione: identificare i concetti e le consegne che gli studenti dovrebbero conoscere prima del gioco di ruolo - Fornire feedback: valutare gli studenti non solo sul gioco di ruolo, ma anche sul lavoro di gruppo - Ricordare che gli studenti stanno imparando nuove abilità che richiedono tempo e pazienza

Modello di risoluzione del conflitto (Thomas-Kilmann Conflict Mode Instrument - TKI)

Titolo del metodo / metodologia	Modello Thomas Kilmann di risoluzione del conflitto
Breve descrizione del metodo / metodologia	La metodologia mira ad aumentare le capacità di gestione dei conflitti degli studenti. In primo luogo, gli studenti rifletteranno su diverse situazioni in cui hanno sperimentato conflitti di squadra. Lo faranno individualmente, identificando il maggior numero possibile di conflitti significativi, possono anche pensare in modo retrospettivo. Successivamente valuteranno il conflitto in base a come lo hanno gestito: bene, così così o male. Dopo questo punto dell'esercizio, verrà introdotto il Modello Thomas Kilmann, concentrandosi su quale linea di condotta dovrebbe essere intrapresa in questa situazione di conflitto: l'assertività, in cui l'individuo cerca di soddisfare le proprie necessità, e la cooperazione, in cui l'individuo cerca di soddisfare le necessità dell'altra persona. Queste due dimensioni di comportamento possono essere utilizzate per definire cinque metodi per affrontare i

	<p>conflitti. Queste cinque modalità di gestione dei conflitti sono mostrate di seguito:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Evitare = eludere il conflitto; 2. Accomodante = cercare di soddisfare le preoccupazioni dell'altra persona a spese tue; 3. Compromesso = cercare di trovare una soluzione accettabile che soddisfi solo parzialmente le preoccupazioni di entrambe le persone; 4. Competere = cercare di soddisfare le tue preoccupazioni a spese degli altri; 5. Collaborare = cercare di trovare una soluzione vantaggiosa per tutti che soddisfi completamente le preoccupazioni di entrambe le persone. <p>Gli studenti discuteranno anche delle cinque modalità di gestione dei conflitti e cercheranno di identificare quelle che più utilizzano.</p> <p>Generalmente, gli studenti possono compilare un questionario per identificare la propria tipologia di gestione del conflitto, ma il questionario non è gratuito. Tuttavia, il solo fatto che gli studenti leggano il modello e riflettano o discutano in team su questi aspetti, è sufficiente per identificare autonomamente in quale categoria rientrano.</p>
<p>Come si potrebbe utilizzare il metodo / la metodologia nello sviluppo dell'EQ?</p>	<p>Il modello è uno strumento molto importante che una persona deve sviluppare per avere una vita lavorativa produttiva. I conflitti tendono a sorgere soprattutto negli ambienti di lavoro di squadra e le persone non sempre hanno le capacità per gestirli correttamente al fine di evitare situazioni e risvolti penalizzanti. La funzione principale del modello è aiutare gli studenti a riflettere su quale dimensione (assertività o cooperatività) si identificano nella gestione dei conflitti. In questo modo saranno in grado di comprendere il motivo per cui reagiscono in una situazione di conflitto in un determinato modo e alla fine riceveranno dei suggerimenti su come gestire la loro reazione e il conflitto.</p>
<p>Vantaggi / benefici del metodo / metodologie</p>	<p>Ciò che è particolarmente utile di questo modello è che indica comportamenti agiti e offre una spiegazione sul modo in cui reagiamo al conflitto, consapevolmente o inconsapevolmente. Inoltre, fornisce un approccio pragmatico alla risoluzione dei conflitti e aiuta ad avviare un dialogo sereno e produttivo sulla risoluzione dei conflitti.</p>
<p>Rischi per metodo / metodologie</p>	<p>Uno degli svantaggi di questa metodologia potrebbe essere l'incapacità degli studenti di autovalutare il proprio stile di gestione dei conflitti, con conseguente frustrazione e rigidità. Inoltre, il modello tende a trascurare in primo luogo alcuni aspetti sul motivo per cui i conflitti sono sorti,</p>

	poiché i motivi sono diversi e talvolta sono eventi basati sullo stress singolo e non un episodio ripetitivo.
Suggerimenti e trucchi di metodo / metodologia derivante dall'esperienza del partner	<ul style="list-style-type: none"> - Spiegare che il conflitto è naturale, ma ci sono molti modi per affrontarlo; - Creare un ambiente sereno prima di utilizzare il metodo

Tecnologia open space

Titolo del metodo	Tecnologia open space
Breve descrizione del metodo / metodologia	La Tecnologia Open Space (OST) offre un metodo per organizzare riunioni di gruppi di qualsiasi dimensione. Consente a persone diverse di affrontare questioni complesse o possibilmente controverse. Ai partecipanti viene chiesto di definire una possibile agenda di lavoro comune e una serie di temi di lavoro attorno a un tema specifico da discutere. La OST funziona meglio in situazioni che implicano conflitto, complessità, diversità di pensiero o di persone e tempi di decisione brevi.
Come si potrebbe utilizzare il metodo / la metodologia nello sviluppo dell'EQ?	I consulenti VET possono usare la OST per aiutare gli studenti a definire gli argomenti relativi all'intelligenza emotiva da discutere. Può essere utile per gli studenti quando si tratta di discutere questioni controverse al fine di sviluppare e "usare" l'enfasi. Essendo la OST il metodo migliore da utilizzare durante i conflitti, consente agli studenti di affrontare opinioni diverse e di utilizzare e gestire le proprie emozioni in modi positivi per alleviare lo stress, comunicare in modo efficace, entrare in empatia con gli altri, superare le sfide e disinnescare i conflitti.
Vantaggi / benefici del metodo / metodologie	Questo metodo funziona sui principi di libertà e responsabilità e conta sull'energia auto-organizzativa intrinseca delle persone quando affrontano sfide specifiche. Può essere utilizzato con un numero molto elevato di persone, ma richiede un'attenta preparazione e definizione di obiettivi, logistica e azioni di follow-up.
Rischi per il metodo / metodologie	<ul style="list-style-type: none"> - Dare ruoli specifici ad un individuo per un'attività potrebbe essere un rischio poiché non implica una decisione/strategia di gruppo. - Non descrivere le attività con una terminologia chiaramente comprensibile e con una scadenza concordata per il completamento non consentirebbe agli studenti un uso efficace della pianificazione delle azioni. - Se i progressi non vengono monitorati o riportati, potrebbe essere difficile per gli studenti raggiungere gli obiettivi per ciascuna attività.

<p>Suggerimenti e trucchi di metodo / metodologia derivante dall'esperienza del partner.</p>	<p>- Qualsiasi cosa accada è l'unica che poteva accadere (il risultato che si otterrà è l'unico risultato possibile): il modello suggerisce ai partecipanti di prestare attenzione agli eventi del momento (qui ed ora), invece di preoccuparsi di ciò che potrebbe succedere dopo.</p> <p>- Quando comincia è il momento giusto: il metodo suggerisce che i processi di apprendimento creativo avvengono all'interno del gruppo senza uno programma o struttura temporale predefiniti, evidenziando la necessità di creatività e innovazione per la buona riuscita dell'applicazione metodologica.</p> <p>- Quando è finita, è finita: incoraggia i partecipanti a non perdere tempo, ma a passare a qualcos'altro quando la produttività della discussione si esaurisce.</p> <p>Esiste una "legge", la "Legge dei due piedi" (o "La legge della mobilità"), che recita come segue: Se in qualsiasi momento durante il nostro tempo insieme ti trovi in una situazione in cui non stai né imparando né contribuendo alle attività, alzati e spostati in un luogo in cui puoi essere più produttivo.</p> <p>Insieme ai contenuti, l'OTS stimola l'auto organizzazione ed è un modo molto forte per promuovere l'empowerment, l'impegno, la responsabilità e la motivazione in tutti i partecipanti.</p>
---	---

Pianificazione dell'azione (Action planning)

Titolo del metodo	Pianificazione dell'azione - Action planning
<p>Breve descrizione del metodo / metodologia</p>	<p>La pianificazione dell'azione è un approccio piuttosto che un metodo specifico che aiuta a focalizzare le idee e decidere quali passi è necessario intraprendere per raggiungere obiettivi particolari. È il processo di trasformazione della strategia e degli obiettivi in azioni. Identificare le idee e pianificare le azioni per realizzarle. Non importa se si tratta di obiettivi personali o organizzativi, poiché le competenze richieste sono le stesse. Le migliori strategie, sia per la vita che per il lavoro, includono la pianificazione delle azioni come parte del pensiero strategico. Dopotutto, non importa quanto sia buona la tua strategia sulla carta se non sai implementarla. Quindi la pianificazione dell'azione dovrebbe essere una parte cruciale della strategia.</p>
<p>Come si potrebbe utilizzare il metodo / la metodologia nello sviluppo dell'EQ?</p>	<p>I consulenti VET possono utilizzare la pianificazione delle azioni per aiutare gli studenti a lavorare meglio all'interno di un team. Può essere utile per gli studenti valutare possibili debolezze o minacce di un singolo studente nel raggiungimento degli obiettivi, al fine non solo di</p>

	sviluppare empatia all'interno di un gruppo, ma per essere più consapevoli di sé, identificando le proprie abilità / capacità. Ogni gruppo dovrà risolvere il problema / raggiungere l'obiettivo e nel farlo potrà sviluppare la relazione reciproca.
Vantaggi / benefici del metodo / metodologie	<p>La pianificazione dell'azione è fondamentale per il successo di squadra degli studenti, è una tecnica semplice ed efficace che potrebbe aiutare gli studenti a ottenere l'impegno per l'azione. Funziona registrando attentamente ogni elemento di azione, come segue:</p> <ul style="list-style-type: none"> • "Qual è" l'obiettivo dell'azione (<i>Sviluppo di una visione futura comune</i>) • Quando l'azione deve essere programmata e la data di completamento stimata (<i>Progettazione del sistema di azioni necessarie a svilupparle</i>) • Chi è responsabile di ciascuna azione • Progressi dell'azione (<i>Programmazione esecutiva delle attività</i>)
Rischi per metodo / metodologie	<p>- Individuare un individuo per un'azione potrebbe essere un rischio poiché non implica una decisione / una strategia di gruppo.</p> <p>- Non descrivere le azioni con una terminologia precisa e chiaramente comprensibile e con una scadenza concordata per il completamento non potrebbe consentire agli studenti un uso efficace della pianificazione delle azioni.</p> <p>- Se i progressi non vengono monitorati o riportati, potrebbe essere difficile per gli studenti raggiungere gli obiettivi per ciascuna azione.</p>
Suggerimenti e trucchi di metodo / metodologia derivante dall'esperienza del partner.	<p>La pianificazione dell'azione funziona registrando attentamente ogni elemento dell'azione, come segue:</p> <ul style="list-style-type: none"> • "Qual è" l'obiettivo dell'azione (<i>Sviluppo di una visione futura comune</i>) • Quando l'azione deve essere programmata e la data di completamento stimata (<i>Progettazione del sistema di azioni necessarie a svilupparle</i>) • Chi è responsabile di ciascuna azione • Progressi dell'azione (<i>Programmazione esecutiva delle attività</i>)

Problem-based learning

Titolo del metodo	Problem-based learning (c.d. PBL)
Breve descrizione del metodo / metodologia	<p>Si tratta di una modalità di didattica attiva, caratterizzata da forte interattività e basata sul coinvolgimento attivo dei discenti, svolta a gruppi ai quali viene proposta una situazione problematica realistica che deve essere affrontata con l'obiettivo di trovare o scoprire, attraverso il lavoro di gruppo, le soluzioni e nuove informazioni. Lo studio di situazioni problematiche risale all'antichità (si pensi all'approccio maieutico), ma la sua diffusione avviene negli anni '60 negli Stati Uniti/Canada, in Australia e Nuova Zelanda e prosegue in Europa una decina di anni più tardi. La metodologia considera, come punto di partenza dell'apprendimento, un quesito che i discenti devono risolvere e, intorno a esso, vengono costruiti gli stimoli e gli strumenti per l'attività di risoluzione. Attraverso il PBL gli studenti imparano a:</p> <ul style="list-style-type: none"> – gestire il problem-solving attingendo da diverse fonti e discipline le informazioni; – lavorano in modalità cooperative-learning; – imparano a gestire al meglio le loro risorse di tempo e materiali.
Come si potrebbe utilizzare il metodo / la metodologia nello sviluppo dell'EQ?	<p>Gli allievi si dividono in piccoli gruppi, ciascuno con il suo ruolo, e cercano di risolvere concretamente i problemi che vengono loro posti dal docente. In questo contesto gli studenti diventano soggetti direttamente responsabili dell'apprendimento, rendendoli protagonisti del processo cognitivo e trovandosi in situazioni di gruppo in cui sono chiamati a mettere in gioco la propria intelligenza emotiva in riferimento alle abilità di interazione sociale che mettono in gioco: mentre ci si aspetta che ogni membro del gruppo "sostenga" il suo punto di vista, occorre essere focalizzati sugli aspetti e le ragioni, non sui personalismi e le emozioni, mettendo così in gioco la propria capacità di gestione/controllo delle emozioni che aiuta il gruppo a risolvere prima e più facilmente il problema (gestione dei conflitti, negoziazione, ascolto attivo, ...).</p>
Vantaggi / benefici del metodo / metodologie	<p>Lavorando su problemi di tipo reale gli alunni si sentono più motivati e soddisfatti perché "toccano con mano" i risultati di un lavoro di gruppo. Inoltre, apprendono in maniera più profonda e fissano i concetti a lungo termine – poiché mettono direttamente in atto ciò che studiano – e sviluppano il pensiero critico mentre lavorano in un'ottica d'inclusione. Anche i docenti possono trovare il PBL un tipo di insegnamento piacevole e interessante – poiché ogni consegna su un determinato problema sviluppa</p>

	diversificate idee a seconda del gruppo che lo affronta: l'insegnamento col PBL rappresenta una sfida sempre diversa, sia per alunni che insegnanti.
Rischi per metodo / metodologie	Tuttavia, gli allievi potrebbero sentirsi in difficoltà se non hanno esperienza a lavorare in gruppo: qualche studente potrebbe preferire la classica lezione frontale, meno impegnativa dal punto di vista dello sforzo e dello stress. Anche i docenti potrebbero risentire di un necessario aumento di lavoro delle proprie capacità gestionali e organizzative. Un punto critico, da entrambi potrebbe essere inoltre l'uso delle Tecnologie di Informazione e di Comunicazione (TIC) o la disponibilità di spazi ad hoc per svolgere i progetti (es. aule-laboratori): spesso, infatti, si ricorre a una logica BYOD (Bring your own device), che non tutti gli alunni o docenti possono permettersi.
Suggerimenti e trucchi di metodo / metodologia derivante dall'esperienza del partner.	Per ovviare ai rischi della metodologia, è importante dunque che gli enti formativi valorizzino questo tipo di didattica prevedendo dei fondi ad hoc affinché i progetti possano essere realizzati con strumenti adeguati in dotazione e in luoghi appositi al proprio interno. Inoltre per valorizzare l'esperienza, nel debriefing finale diventa basilare che il facilitatore faccia riflettere gli allievi sulle difficoltà affrontate dal gruppo di lavoro, oltre che a presentare la soluzione al problema, considerando che gruppi diversi trovano soluzioni diverse ad uno stesso identico problema.

Utilizzo di Filmati

Titolo del metodo	Utilizzo di Filmati
Breve descrizione del metodo / metodologia	La nostra è una società divenuta sempre più audio-visiva, in cui al di consumo di materiale audiovisivo, si è affiancata la possibilità di produzione dello stesso. Il "video" è parte della quotidianità delle giovani generazioni, sia come principale esperienza mediatica nel tempo libero (Feierabend e Rathgeb, 2009), sia come strumento finalizzato all'apprendimento, come ad esempio l'ampia diffusione dei tutorial. Il ricorso alla visualizzazione a supporto dei processi di apprendimento è un tema da lungo tempo oggetto di interesse da parte delle scienze della formazione, da Comenio all'Encyclopédie, fino alla teorizzazione alla fine del XIX secolo del cosiddetto 'picture superiority effect' (v. Kirkpatrick, 1894). Le neuroscienze riportano inoltre che circa la metà delle risorse impegnate dal cervello in ogni momento è dedicata alla vista (Medina, 2010). Gli autori Schwartz e Hartman (2007) hanno

	<p>pubblicato un contributo sull'uso del video che è tuttora molto utilizzato e citato come riferimento. Nel loro modello circolare, essi mostrano come quattro sono i principali obiettivi di apprendimento perseguibili attraverso l'utilizzo del video: Dire, Vedere, Fare, Motivare. Ad esempio, utilizzare tutorial sarà presumibilmente collegato allo sviluppo di abilità e all'acquisizione di procedure (Fare), mentre l'utilizzo di video di stampo documentaristico o di testimonianze saranno più facilmente utilizzati per competenze relative al "dire".</p> <p>Il video permette allora di supportare l'apprendimento (Chambel, Zahn, e Finke, 2006) attraverso:</p> <ul style="list-style-type: none"> – la ricostruzione di esperienze reali, grazie all'alto grado di autenticità e di realismo; – la visualizzazione di processi dinamici, che non potrebbero essere osservabili nella realtà (ad esempio perché difficilmente riproducibili, perché pericolosi, perché costosi,...) o che sarebbero difficilmente descrivibili a parole; – la combinazione di differenti sistemi simbolici, come l'immagine, il testo, la narrazione, in contenuti multimediali coerenti.
<p>Come si potrebbe utilizzare il metodo / la metodologia nello sviluppo dell'EQ?</p>	<p>I video permettono più livelli diversi di apprendimento delle emozioni in relazione al loro utilizzo.</p> <p>Nella visione di video è possibile allenare la competenza del riconoscimento delle emozioni, proprie e altrui. In video, infatti, si possono identificare i comportamenti e le espressioni che manifestano lo stato emotivo delle persone nelle scene, e descriverne la polarizzazione e l'intensità. In questo senso si imparano a riconoscere, nominare e descrivere le emozioni, riflettendo sulle proprie modalità di risposta in situazioni analoghe a quelle rappresentate. Inoltre, si può supportare lo sviluppo dell'empatia verso le reazioni emotive altrui, comprendendo cause ed effetti di situazioni di vita nel determinare lo stato emotivo delle persone intorno a noi. Inoltre, i video possono presentare modelli di gestione efficace delle emozioni o al contrario reazioni non adatte, sviluppando la capacità critica dei discenti e la discussione sul controllo emotivo.</p> <p>Oltre alla visione, nell'apprendimento delle emozioni risulta utile la produzione di video in cui inscenare situazioni relazionali difficili, in cui è particolarmente importante attuare strategie di gestione delle emozioni. La possibilità di rivedere i filmati e commentarli consente di utilizzare i feedback provenienti da noi stessi e dagli altri</p>

	per gestire efficacemente i conflitti, i problemi comunicativi e le relazionali con gli altri.
Vantaggi / benefici del metodo / metodologie	<p>Impiegato in modo corretto, il video consente:</p> <ul style="list-style-type: none"> - di coinvolgere maggiormente le persone in formazione, aumentandone la motivazione ad apprendere e favorendo la focalizzazione dell'attenzione; - di stimolare una discussione; - di promuovere attività di riflessione, ad esempio attraverso l'analisi di una pratica professionale; - di mettere in atto un approccio progettuale, coinvolgendo le persone in formazione nel processo stesso di progettazione e realizzazione di un video.
Rischi per metodo / metodologie	<p>Il rischio principale dell'utilizzo di video nell'apprendimento è di utilizzarlo come strumento statico, che semplicemente si sostituisce alla voce del formatore, non aggiungendo pressoché nulla ad una spiegazione frontale.</p> <p>Inoltre, per utilizzare il video devono essere garantiti dei dispositivi in grado di consentire una buona visione (schermo, audio, connessione, compatibilità dei formati, licenze ...).</p>
Suggerimenti e trucchi di metodo / metodologia derivante dall'esperienza del partner.	<p>Nell'utilizzo di video può essere utile scegliere filmati in cui le esperienze possano essere vicine ai target per cui lo si sta proponendo. Avere davanti modelli simili a sé può infatti aiutare i discenti a identificarsi e partecipare emotivamente alle situazioni presentate.</p> <p>È indispensabile inoltre contestualizzare la visione di un video inserendola all'interno dell'intervento che si sta svolgendo, facendo emergere le relazioni tra la visione del video e gli argomenti trattati nell'unità di apprendimento in cui si usa. Altrettanto importante è commentare la visione e innescare un confronto a seguito del video, sia che si tratti di un video esemplificativo che di un video contenente una provocazione, in modo da dare la possibilità ai discenti di esprimere le proprie opinioni, trarre conclusioni e verificarle in gruppo, manifestare il proprio eventuale dissenso, collegare quanto visto a esperienze proprie.</p>

Mapa concettuale (Mapping)

Titolo del metodo / metodologia	Mapa concettuale (Mapping)
Breve descrizione del metodo / metodologia	La Mapa concettuale è un metodo di pensiero visivo che viene utilizzato per ottenere un'immagine migliore di una particolare situazione o ambiente o di interazioni specifiche.

	<p>Aiuta gli studenti a ottenere informazioni inaspettate su un sistema, dando una struttura alla loro comprensione di questo sistema.</p> <p>Attraverso questo metodo, individuale o di gruppo, gli studenti disegnano mappe, trovando schemi, categorie, aree, strade e collegamenti che vorrebbero includere nei loro disegni.</p> <p>Ad esempio, si potrebbe chiedere agli studenti di disegnare la mappa delle loro emozioni sul posto di lavoro, mappare le interazioni lavorative o i conflitti di lavoro, disegnare mappe ideali delle relazioni sul posto di lavoro, le loro interazioni con gli altri o le loro vite personali o professionali.</p> <p>In quanto metodo di pensiero visivo, la mappa concettuale stimola la capacità degli studenti di pensare per immagini, in cui i modelli e i collegamenti diventano più chiari. Quando le persone disegnano, come mappe o altri elementi visivi, secondo Willemien Brand (2018):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Organizzano i loro pensieri e informazioni; ● semplificano concetti o situazioni complesse; ● raggiungono nuove prospettive; ● evitano di rimanere bloccati in dettagli piccoli e irrilevanti; ● schemi, categorie e connessioni diventano chiari per loro.
<p>Come si potrebbe utilizzare il metodo / la metodologia nello sviluppo dell'EQ?</p>	<p>I consulenti VET possono utilizzare la mappa concettuale per aiutare gli studenti a comprendere meglio il loro ambiente, i loro team, il loro posto di lavoro, le loro relazioni con gli altri, i conflitti e altre situazioni difficili, ecc..</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Ad esempio, in qualità di consulente VET, si possono invitare gli studenti a mappare le loro emozioni in una situazione specifica, migliorando in loro l'autoconsapevolezza e l'autocontrollo; ● Oppure si può chiedere loro di disegnare la mappa delle cose / aree che costruiscono la loro resilienza, identificando le aree forti o che devono essere migliorate; ● Potrebbero utilizzare il mapping per ottenere un quadro generale delle loro relazioni personali o professionali o dei team di cui fanno parte, sviluppando le loro capacità di gestione delle relazioni; ● Oppure potrebbero disegnare mappe per distinguere meglio un conflitto o una situazione difficile e comprenderne l'intero contesto mentre

	acquisiscono approfondimenti sulle capacità necessarie per risolvere i conflitti .
Vantaggi / benefici del metodo / metodologie	Gli studenti possono trarre vantaggio dal mapping dando una struttura ai loro pensieri, sentimenti, osservazioni che hanno su una specifica situazione, contesto o catena di interazioni. Disegnando una mappa, definendo aree specifiche, identificando le zone che necessitano di miglioramento o più lavoro, ecc., Gli studenti possono semplificare e chiarire situazioni, interazioni o ambienti in cui si trovano. Il processo di mappatura li supporta rispettivamente nella ricerca di soluzioni, nel passaggio all'azione e nella modifica della mappa. La mappa offre loro una prospettiva, consente loro di affrontare l'argomento "dall'alto" e li motiva ad agire e costruire la mappa che desiderano per se stessi.
Rischi per il metodo / metodologie	Dalla nostra esperienza, non tutti gli studenti sono a proprio agio con la strutturazione, l'organizzazione delle informazioni e la costruzione di mappe. Alcuni di loro invece farebbero elenchi o racconterebbero storie. Potrebbe essere necessario supportare maggiormente questi studenti ponendo domande specifiche, fornendo esempi di mappe o aree delle mappe o mostrando loro come le storie possono trasformarsi in aree della mappa e come queste possono connettersi.
Suggerimenti e trucchi di metodo / metodologia derivanti dall'esperienza dei partner	Ecco alcuni suggerimenti e trucchi che abbiamo imparato dall'applicazione di questo metodo nel nostro lavoro di facilitazione: <ul style="list-style-type: none"> ● Dai sempre agli studenti grandi fogli di carta (A3 / A2) e pennarelli colorati per avere abbastanza spazio per esplorare ed esprimere le loro idee; ● A volte, è utile porre ulteriori domande o fornire alcuni esempi in modo che gli studenti possano capire meglio come costruire una mappa. ● Per alcuni argomenti, questa potrebbe essere un'eccellente attività di lavoro di squadra che può aiutare i membri del team a definire e chiarire alcune situazioni tra di loro. ● Quando si mappano conflitti o situazioni difficili, è necessario rendere gli studenti consapevoli dell'importanza di staccarsi dal caso, mettersi nei panni degli altri per comprendere il contesto, evitare di dare nomi e vergognarsi, concentrarsi sui problemi/comportamenti e non sulle persone, eccetera. ● Una volta che gli studenti acquisiscono nuove conoscenze e abilità durante l'applicazione della metodologia, possono tornare alle loro mappe per cambiare la struttura o i collegamenti a loro

	vantaggio e migliorare il loro contesto o le relazioni di lavoro.
--	---

Tecniche di improvvisazione teatrale

Titolo del Metodo/Metodologia	Tecniche di improvvisazione teatrale
Breve descrizione del metodo/metodologia	Gli studenti / tirocinanti vengono coinvolti in esercizi di improvvisazione teatrale che consentono loro di giocare con le emozioni.
Come si potrebbe utilizzare il metodo / la metodologia nello sviluppo dell'EQ?	Ci sono diversi esercizi esperienziali che potrebbero essere inclusi nel processo di sviluppo dell'EQ come esercizi di allenamento, ad esempio: "Riproduzione emotiva", "Festa emotiva", "L'autostoppista", "Trizofrenia" ecc. Per ognuno di questi esercizi, i partecipanti sono invitati a provare emozioni diverse e a passare da un'emozione opposta all'altra, che è un buon metodo per realizzare e valutare l'impatto delle emozioni, ma anche un buon modo per allenare l'autocontrollo delle emozioni degli studenti.
Vantaggi / benefici del metodo / metodologie	Questo metodo offre agli studenti / allievi l'opportunità di provare emozioni diverse in un ambiente sicuro e di discutere il modo in cui si sentivano e quali pensieri e reazioni ogni emozione può provocare in loro e negli altri. Inoltre, questo metodo consente ai partecipanti di allenare la loro capacità di controllare le proprie emozioni e di essere in grado di passare da un'emozione all'altra molto rapidamente.
Rischi per il metodo / metodologie	Questo metodo si basa sulla partecipazione attiva di tutti gli studenti / formatori e potrebbe esserci il rischio che alcuni dei partecipanti siano timidi o semplicemente non siano disposti a partecipare a esercizi di gruppo che richiedono recitazione. In questo caso, il ruolo del formatore è fondamentale per creare l'ambiente sicuro necessario e per consentire a ogni partecipante di rilassarsi e sentirsi a proprio agio nel gruppo.
Suggerimenti e trucchi del metodo / metodologia derivante dall'esperienza del partner.	Per implementare con successo questo metodo, si raccomanda che la pratica inizi con un po' di riscaldamento sia fisico che intellettuale. Ad esempio, si può chiedere al gruppo di formare un cerchio e iniziare a passare palline "fantasma". Inizia con una pallina rossa, quindi aggiungine una blu e poi una verde. Puoi aggiungere quante palle desideri, ma l'idea è che ogni partecipante rimanga concentrato e segua dove vanno le palle "fantasma". Un altro esempio, si può dare a ciascun partecipante una lettera chiedendo loro di dire in 1 minuto quante più parole

	<p>possibili iniziando con questa lettera. Dopo il primo giro di prova, chiedi a 2 o 3 partecipanti di iniziare l'esercizio / gioco e agli altri di osservare. Di solito inizierà il più sicuro di sé. Cerca di identificare quale dei partecipanti è più riservato e timido e sii più preciso quando dai loro un ruolo da svolgere e come selezioni le emozioni che chiedi loro di riprodurre. Cerca di non metterli in una situazione molto inaspettata ed estrema che potrebbe metterli in imbarazzo.</p>
--	--

Il gioco di ruolo del colloquio di lavoro

Titolo del Metodo / Metodologia	Il gioco di ruolo del colloquio di lavoro
Breve descrizione del Metodo / Metodologia	<p>Ai discenti / allievi viene chiesto di scegliere uno dei seguenti ruoli: candidato o datore di lavoro. Ad ogni discente / formatore viene assegnata una carta scelta al caso. Su ogni carta è presente rispettivamente: un'immagine di una persona con poche righe di descrizione comprendenti: età, stato civile, professione, motivo della ricerca di lavoro, periodo di disoccupazione e motivo o settore di attività, tipo di azienda, livello gerarchico e ruolo in azienda, necessità di assunzione.</p> <p>I discenti / allievi vengono divisi in coppie in modo da avere insieme un candidato e un datore di lavoro e viene chiesto loro di riprodurre una situazione di colloquio di lavoro. Al resto degli studenti viene chiesto di prendere appunti e anche la scena viene registrata. Ogni gioco di ruolo è seguito da una discussione con un focus su come ogni partecipante e gli osservatori si sono occupati durante l'esercizio.</p>
Come si potrebbe utilizzare il metodo / la metodologia nello sviluppo dell'EQ?	<p>Questo metodo consente ai partecipanti di uscire dalla loro zona di comfort e di affrontare domande e situazioni simili a un colloquio di lavoro ed essere obbligati a trovare una rapida soluzione per questo. Il fatto che il gruppo stia osservando il processo aiuta ad aumentare la sensazione di disagio che una persona in cerca di lavoro potrebbe provare durante un colloquio reale. Prima e durante il processo, il formatore potrebbe chiedere ai partecipanti di concentrarsi sull'espressione di sentimenti diversi o di provare a provocare sentimenti diversi negli altri partecipanti. In questo modo gli studenti / formatori possono imparare come il loro stato d'animo potrebbe influenzare le reazioni dell'altro partecipante o come scegliere un atteggiamento in base al comportamento dell'altro. In generale il metodo mira a fornire un campo per la sperimentazione delle emozioni sia personali che altrui.</p>
Vantaggi / benefici del metodo / metodologie	<p>Questo metodo offre agli studenti / allievi l'opportunità di provare emozioni diverse in un ambiente sicuro e di</p>

	discutere il modo in cui si sentivano e quali pensieri e reazioni ogni emozione può provocare in loro e negli altri. Inoltre, questo metodo consente ai partecipanti di osservare le proprie emozioni e di valutare il divario tra il sentimento interno e l'espressione esterna.
Rischi del metodo / metodologie	Questo metodo si basa sulla partecipazione attiva di tutti gli studenti / allievi e potrebbe esserci il rischio che alcuni dei partecipanti siano timidi o semplicemente non siano disposti a partecipare a esercizi di gruppo che richiedono recitazione. In questo caso, il formatore dovrebbe assegnare ruoli più vicini alla personalità dello studente e utilizzare tali caratteristiche come parte del gioco.
Suggerimenti e trucchi di metodo / metodologia derivante dall'esperienza del partner.	Per implementare con successo questo metodo, il formatore potrebbe utilizzare l'effetto sorpresa e non dire in anticipo agli studenti / allievi cosa dovrebbero aspettarsi. In questo modo gli studenti / allievi non avranno il tempo di preparare frasi e reazioni concrete nella loro mente e dovranno reagire sulla base delle informazioni che ricevono al momento; quindi si avranno emozioni e reazioni più naturali (incontrollate). Si può chiedere ai partecipanti di trarre ispirazione dalle situazioni reali di loro precedenti colloqui di lavoro o dalle precedenti esperienze dei loro amici / parenti. Si consiglia di avere un set di carte preparate con esempi di personaggi, ma questo non è obbligatorio poiché si è liberi di inventare nuovi personaggi al momento, in base all'energia e alle esigenze del gruppo.

Storyboard

Titolo del Metodo / Metodologia	Storyboard
Breve descrizione del Metodo / Metodologia	Lo Storyboard tratta uno schema visivo che può facilmente trasmettere una serie di eventi con una quantità minima di sforzo e dettaglio da parte del creatore utilizzando pannelli statici. Per spiegarlo semplicemente, gli storyboard sono disegni concettuali della storia. Gli storyboard sono utilissimi per sessioni di brainstorming e presentazioni. Da un punto di vista pratico, insegnare con gli storyboard può aiutare i formatori a trasmettere rapidamente idee complesse ai loro studenti, spesso molto più velocemente che scrivere o persino parlare. Inoltre, coinvolgendo gli studenti nella creazione dei propri storyboard e quindi utilizzando la tecnologia per dar loro vita, molte scuole insegnano agli studenti abilità di narrazione digitale.

<p>Come si potrebbe utilizzare il metodo / la metodologia nello sviluppo dell'EQ?</p>	<p>Poiché gli storyboard sono simili allo storytelling (ma con una rappresentazione grafica della storia), anche l'uso è simile. Quindi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ascoltando / disegnando la storia sul temperamento dei capi e sui i colleghi depressi, gli studenti potrebbero imparare a interpretare e comprendere gli stati emotivi dei loro colleghi e di se stessi. • ascoltando / disegnando la storia sul conflitto tra colleghi, gli studenti possono imparare a risolvere i conflitti degli altri e cosa fare se ne fanno parte. • ascoltando / disegnando la storia di un uomo eccessivamente stressato, gli studenti possono imparare ad identificare i loro sintomi di stress e cosa fare per ridurre i loro livelli di stress.
<p>Vantaggi / benefici del metodo / metodologie</p>	<p>Analogamente allo storytelling, gli storyboard possono rafforzare l'immaginazione, umanizzare gli individui, migliorare l'empatia e la comprensione, rafforzare i valori e l'etica e stimolare i processi di pensiero critico / creativo.</p>
<p>Rischi per il metodo / metodologie</p>	<ul style="list-style-type: none"> • gli studenti non riescono a capire i disegni sullo storyboard, perché il disegno è troppo brutto. • gli studenti non sono interessati a creare i propri storyboard.
<p>Suggerimenti e trucchi del metodo / metodologia derivante dall'esperienza del partner.</p>	<p>Le persone spesso commettono uno dei due errori durante la creazione di uno storyboard: o tralasciano troppi dettagli e nessuno può dire cosa sta succedendo, oppure inseriscono così tanti dettagli da creare confusione. Trovare l'equilibrio è la soluzione. Altri suggerimenti:</p> <ul style="list-style-type: none"> • l'obiettivo è la chiarezza, il che significa dire quanto basta per assicurarsi che il pubblico possa seguire l'azione e capire l'intenzione. • Gli storyboard devono dire in quale direzione stanno andando, se non è chiaro. • è importante includere almeno una mappa "itinerario" in ogni riquadro in modo che il pubblico non si perda. • se il disegno non è il tuo punto forte, inserisci una etichetta con un titolo/breve descrizione su edifici, automobili e persino persone.

Storytelling

<p>Titolo del Metodo / Metodologia</p>	<p>Storytelling</p>
<p>Breve descrizione del Metodo / Metodologia</p>	<p>Lo storytelling fornisce una struttura concettuale per il pensiero, che induce gli studenti a formare un'esperienza</p>

	<p>complessiva che possono comprendere. Lo storytelling li induce a ripercorrere mentalmente le esperienze e immaginare la storia, fornisce loro un modello linguistico e pensieri che possono imitare. Secondo King and Down (2001), la narrazione offre uno specchio non minaccioso, il che significa che gli ascoltatori saranno in grado di guardare dentro se stessi (riflettere) e riconoscersi meglio attraverso l'esperienza nella storia, senza doverla vivere in termini personali. Attraverso questi specchi non minacciosi le persone possono reinterpretare l'esperienza e acquisirne una più chiara comprensione.¹</p> <p>Lo storytelling può essere implementato, ad esempio, per mostrare diversi scenari legati al lavoro, in cui gli studenti ascoltando sarebbero in grado di immaginare se stessi. Come la storia di un uomo eccessivamente stressato, la storia di un collega triste, la storia di un capo capriccioso o di un conflitto sul lavoro. Immaginando se stessi in questa situazione, gli studenti sarebbero in grado di capirla meglio, imparare a entrare in empatia con i personaggi della storia mettendosi nei panni del personaggio che hanno scelto per affrontarla.</p>
Come si potrebbe utilizzare il metodo / la metodologia nello sviluppo dell'EQ?	<p>Come accennato in precedenza, la narrazione è un modo utile per far sì che gli studenti si mettano nei panni del personaggio, enfatizzando tra loro e imparando qualcosa da questa esperienza, in modo che:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ascoltando la storia sul temperamento dei capi e sui colleghi depressi, gli studenti potrebbero imparare a interpretare e comprendere gli stati emotivi dei loro colleghi e di se stessi. • ascoltando la storia del conflitto tra colleghi, gli studenti possono imparare a risolvere i conflitti degli altri e cosa fare se ne fanno parte. • ascoltando la storia di un uomo eccessivamente stressato, gli studenti possono imparare ad identificare i loro sintomi di stress e cosa fare per ridurre i loro livelli di stress.
Vantaggi / benefici del metodo / metodologie	<p>Lo storytelling può rafforzare l'immaginazione, umanizzare gli individui, migliorare l'empatia e la comprensione, rafforzare i valori e l'etica e stimolare i processi di pensiero critico / creativo.²</p>
Rischi per il metodo / metodologie	<p>Poiché lo storytelling è un'attività a doppio senso tra lo storyteller e il pubblico basata sull'interazione e la cooperazione per costruire un'intera storia, lo storyteller non deve solo creare una buona empatia e un rapporto con</p>

¹ Sulistianingsih, E., Jamaludin, S., & Sumartono, S. (2018). Storytelling digitale: un potente strumento per sviluppare l'intelligenza emotiva degli studenti.

² (Sulistianingsih et al., 2018)

	<p>il suo pubblico, ma incoraggiare anche il suo pubblico a immaginare le storie visivamente. Quindi il rischio principale è l'incapacità del narratore di costruire un rapporto con il suo pubblico, facendolo interessare alla storia, e soprattutto la sua incapacità di far ritrovare gli spettatori nella storia.</p> <p>Un altro rischio è connesso alla resistenza degli studenti ad ascoltare e immergersi nella storia.</p>
<p>Suggerimenti e trucchi del metodo / metodologia derivante dall'esperienza del partner.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • La musica di sottofondo, i suoni, possono essere un modo interessante per coinvolgere maggiormente gli studenti nella storia. • Materiali visivi supplementari, come immagini o storyboard, possono essere utili per stimolare l'immaginazione degli studenti. • Anche le tecnologie digitali, come i tablet o le lavagne interattive, possono essere utili per coinvolgere gli ascoltatori.

Personas

Titolo del metodo / metodologia	Personas
<p>Breve descrizione del metodo / metodologia</p>	<p>Personas è un metodo di pensiero visivo utilizzato nei processi di facilitazione per aiutare gli studenti a descrivere personaggi reali o fittizi per parlare di un argomento specifico o immaginare una situazione particolare in cui il/i personaggio/i potrebbero essere coinvolti, o descrivere caratteristiche specifiche del/i personaggio/i.</p> <p>Gli studenti disegnano il/i personaggio/i e aggiungono le informazioni chiave sui loro personaggi, come richiesto dall'argomento oggetto di formazione.</p> <p>Ad esempio, si potrebbe chiedere agli studenti di disegnare se stessi: come si immaginano in futuro, che lavoro avrebbero, come si sentirebbero riguardo a se stessi, che tipo di persone saranno in futuro, quali saranno le abilità, capacità, conoscenze che avranno, cosa avranno realizzato, ecc.</p> <p>Il potere del metodo risiede nel potere del pensiero visivo. Secondo Dan Roam (2008), il 75% dei nostri neuroni sensoriali sono neuroni visivi. Pertanto, l'utilizzo di metodi di pensiero visivo nel processo di apprendimento aiuta gli studenti a liberare il pieno potenziale della loro mente.</p>

	<p>Quando le persone disegnano, secondo Willemien Brand (2018):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Ordinano i loro pensieri; ● Si aprono nuove prospettive; ● Semplificano le informazioni, rendendo le situazioni complesse più comprensibili; ● Si sentono più coinvolti e creativi.
Come si potrebbe utilizzare il metodo / la metodologia nello sviluppo dell'EQ?	<p>I consulenti VET possono utilizzare Personas per aiutare gli studenti a valutare se stessi, immaginarsi in determinate situazioni, proiettarsi nel futuro - come vogliono essere, o comprendere meglio i sentimenti e le reazioni degli altri.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Ad esempio, in qualità di consulente VET, puoi chiedere agli studenti di disegnare i loro ritratti, rappresentando a livello simbolico le abilità, capacità e valori che hanno. In questo modo, possono valutare se stessi e diventare più consapevoli di sé in modo creativo e rilassato. ● Oppure, potrebbero definire i loro obiettivi personali o professionali immaginando se stessi nel futuro e costruendo la loro persona futura, migliorando le loro capacità di controllo dei propri obiettivi e del modo per raggiungerli. ● Infine, potrebbero sviluppare la loro empatia chiedendo loro di ritrarre le persone intorno a loro che reagiscono a determinate situazioni (<i>ad esempio, quando sono arrabbiato,...</i>). Il processo di disegno li aiuterà a riconoscere, definire e comprendere meglio le emozioni e i comportamenti degli altri.
Vantaggi / benefici del metodo / metodologie	<p>Disegnare e visualizzare aiuta gli studenti a interagire con immagini più vivide di se stessi o degli altri, o con situazioni, emozioni, comportamenti specifici. Allo stesso tempo, i personaggi consentono loro di guardare dall'esterno a se stessi o agli altri e ottenere una migliore comprensione dell'argomento in modo visivo creativo.</p>
Rischi per metodo / metodologie	<p>Alcuni studenti potrebbero essere scettici sul disegno, considerandolo un'attività infantile, oppure potrebbero dire di non avere buone capacità di disegno. In queste situazioni, dalla nostra esperienza, aiuta sempre spiegare il potere del pensiero visivo, come il nostro cervello funziona in modo diverso quando ci viene chiesto di disegnare. Inoltre, potresti spiegare che la qualità dei disegni non è realmente rilevante nell'esercizio.</p>
Suggerimenti e trucchi di metodo / metodologia derivante dall'esperienza del partner	<p>Ecco alcuni suggerimenti e trucchi che abbiamo imparato dall'applicazione di questo metodo nel nostro lavoro di facilitazione:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Dai sempre agli studenti grandi fogli di carta (A3 / A2) e pennarelli colorati, per assicurarti che

	<p>abbiano spazio sufficiente per esprimere le loro idee;</p> <ul style="list-style-type: none">● Incoraggia i partecipanti a essere giocosi, creativi e rilassati riguardo alle loro capacità di disegno;● Quando devono ritrarre le emozioni o i valori delle persone, chiedi loro di aggiungere citazioni ai loro personaggi, cose che i personaggi di solito dicono o pensano. Le citazioni hanno dimostrato di essere modi potenti per esprimere idee, emozioni, sentimenti e pensieri;● Come attività di riflessione, dopo aver appreso di più sull'autoconsapevolezza, sul controllo del proprio obiettivo e del modo per raggiungerlo, l'empatia, ecc., gli studenti possono tornare ai loro disegni e riflettere di più su questi o ridisegnare i loro personaggi.
--	---