



SOFT SKILLS+

Abilità Comunicative Piano Didattico

**COMPETENZE TRASVERSALI PER PERSONE
CON DISABILITÀ INTELLETTIVE**

Indice

Abilità comunicative – Lezione 1	3
Abilità comunicative – Lezione 2	9
Abilità comunicative - Lezione 3	17
Abilità comunicative - Lezione 4	23
Abilità comunicative - Lezione 5	30
Abilità comunicative - Lezione 6	38
Risorse aggiuntive	54

Abilità comunicative – Lezione 1

Principi di base della comunicazione

L'obiettivo dell'attività è aiutare gli studenti a sviluppare competenze comunicative di base, consentendo loro di comunicare in modo più efficace nelle situazioni quotidiane con la famiglia, la società e gli estranei. Impareranno come avviare, sviluppare e concludere una conversazione mantenendo un tono amichevole e cortese, ascoltando attivamente e partecipando alle conversazioni.

Risultati di apprendimento attesi:

- Insegnare agli studenti come usare correttamente i saluti quotidiani e presentarsi a estranei, colleghi o vicini.
- Comprendere l'importanza dello spazio personale e la postura del corpo nelle conversazioni con una o più persone.
- Sviluppare la pazienza nelle conversazioni esercitandosi a ripetere o riformulare le domande quando e se si verificano malintesi.

Materiali:

- Foglio 1: Gioco di memoria.
- Gioco del Ludo.

Durata:

90 minuti

Attività:

Introduzione e riscaldamento (15 minuti)

- Iniziate l'attività chiedendo ai partecipanti di presentarsi come se fossero perfetti sconosciuti che si incontrano per la prima volta.
- Devono salutare, dire il proprio nome e raccontare qualcosa che li rende felici nella vita quotidiana.
- Spiegate loro che non è necessario condividere informazioni personali, ma solo alcune semplici cose su di sé per avviare la conversazione e aiutarsi a conoscersi. Questo permetterà anche agli educatori di osservare il livello di comfort dei partecipanti (chi è disposto a farlo, cosa è possibile per loro, se lo trovano troppo diretto, ecc.) e di adattare l'esercizio, se necessario, per renderlo più delicato e meno invadente.

Attività 1: Utilizzo di saluti e frasi quotidiane (20 minuti)

- Gli studenti partecipano a due giochi interattivi per familiarizzare con i saluti e le frasi di uso comune.
- Gioco 'Memory': gli studenti giocano a un gioco di memoria utilizzando il Foglio 1, che presenta saluti e frasi di uso quotidiano come "ciao", "buongiorno", "buona giornata", "buonasera", "buonanotte" e "arrivederci", insieme alle illustrazioni corrispondenti. Incoraggiate una discussione aperta su questi saluti e su come vengono utilizzati nelle situazioni quotidiane.
- Esercizio sulle parole di cortesia: agli studenti viene presentato un breve recital su quattro parole di cortesia o "magiche". Mentre l'insegnante esegue il recital, gli studenti indovinano le parole lettera per lettera (utilizzando gli spazi vuoti). Le parole target sono: "per favore", "grazie", "prego" e "mi dispiace".

Attività 2: Comprendere la distanza fisica, lo spazio personale e il tono di voce nelle conversazioni (20 minuti)

- I partecipanti prendono parte a un'attività di role-playing che prevede due scenari quotidiani comuni, discutendo le potenziali soluzioni a ciascun problema e il ragionamento alla base delle loro scelte. Ciò fornisce un modo non invasivo per esplorare l'importanza dello spazio personale, aiutando gli studenti a comprenderlo attraverso esempi pratici.
 - Scenario 1: Una persona è seduta e sta leggendo, dando le spalle. L'educatore si avvicina e chiede cortesemente l'ora. Il gruppo discute i diversi modi di avvicinare la persona: il tono di voce, come rivolgersi a lei, se darle un leggero colpetto sulla spalla o alzare la voce e rischiare di disturbarla.
 - Scenario 2: un gruppo di persone è seduto e chiacchiera. Vorresti unirti alla conversazione, ma sembrano non notarti. Se li conosci, come dovresti avvicinarti e interromperli, salutandoli, presentandoti o semplicemente unendoti alla conversazione? Recita la scena e spiega la tua scelta.
- Breve gioco finale: chiedi a un gruppo di studenti di mettersi in piedi in un angolo della stanza, mentre una persona si mette in piedi all'estremità opposta. Quella persona cammina lentamente verso il gruppo, ripetendo una frase ad alta voce con un tono normale (senza urlare). Tutti ascoltano per vedere quando il gruppo riesce a sentire chiaramente ciò che viene detto. La persona continua a camminare fino a quando non è molto vicina, quasi toccando o "urtando" il gruppo, per dimostrare l'importanza di mantenere una distanza appropriata tra le persone mentre si parla.

Attività 3: Mantenere la pazienza e ripetere o riformulare ciò che si dice durante una conversazione (25 minuti)

- In questa attività, l'atmosfera sarà più rilassata. Gli studenti prenderanno parte a giochi familiari progettati per sottolineare l'importanza di ascoltare attentamente e ripetere accuratamente durante una conversazione. Le attività dimostrano anche la capacità dei partecipanti di ascoltarsi attentamente e rispondere in modo appropriato quando necessario.
- Sfida del sussurro: gli studenti formano una fila. La prima persona sussurra una frase alla persona accanto e la frase viene trasmessa lungo la fila allo stesso modo. L'ultimo partecipante ripete la frase ad alta voce e il gruppo la confronta con l'originale per vedere se è rimasta invariata.
- Simon says: gli studenti seguono le istruzioni solo quando sono precedute dalla frase "Simon says". Ad esempio, alzano o abbassano le braccia di conseguenza. Chi commette un errore si fa da parte. Il gioco continua fino a quando rimane un solo partecipante, rafforzando l'importanza dell'ascolto attivo e della risposta tempestiva.
- Gioco del Ludo: i partecipanti giocano a Ludo, applicando pazienza, calma e lavoro di squadra, rafforzando ciò che hanno imparato sulle capacità di comunicazione in modo rilassato e coinvolgente!
-

Valutazione (10 minuti)

- Incoraggiare i partecipanti a condividere le loro opinioni utilizzando un linguaggio semplice o gesti. Porre domande dirette e chiare come: "Ti è piaciuto il gioco?" o "Come ti senti quando saluti persone nuove?".
- Fornire un rinforzo positivo, utilizzando un linguaggio semplice e incoraggiante: "Ottimo lavoro! Continuate ad esercitarvi!"

Suggerimenti per gli educatori

1

durante l'attività introduttiva, aiutate i partecipanti fornendo loro frasi di apertura o supporti visivi (ad esempio immagini di emozioni o hobby) per aiutarli a esprimersi.

2

per le attività di role-playing, stabilite aspettative chiare dimostrando prima gli scenari prima di chiedere ai partecipanti di metterli in pratica.

3

Utilizza un segnale visivo (ad esempio, entrare in un cerchio o indicare un'immagine) per indicare lo spazio personale appropriato, aiutando i partecipanti a comprendere il concetto in modo più concreto.

4

quando si gioca alla sfida del sussurro, utilizzare frasi brevi e semplici per facilitare ai partecipanti la trasmissione di informazioni accurate mentre si esercitano nell'ascolto attento.

5

mentre si gioca a Ludo, facilitare il gioco verbalizzando i turni dei partecipanti e guidandoli con semplici promemoria sulla pazienza e sul rispetto dei turni.



Comunicazione Gioco ‘Memory’

CIAO		A DOPO	
BUONGIORNO		BUONA GIORNATA!	
BUONASERA		SCUSA!	
BUONANOTTE		COME STAI?	
ARRIVEDERCI		GRAZIE	

Abilità comunicative – Lezione 2

Linguaggio del corpo

L'obiettivo dell'attività è imparare l'importanza del linguaggio del corpo, la distanza tra te e la persona con cui stai parlando e come essere più consapevole della tua postura e del tono di voce, nonché dell'impatto che questi hanno sulla conversazione e sulle persone coinvolte. Il nostro obiettivo è insegnare agli studenti come usare correttamente le espressioni facciali e i gesti delle mani o del corpo per esprimersi in modo efficace.

Risultati di apprendimento attesi:

- Sviluppare la capacità di riconoscere e gestire le espressioni facciali al fine di trasmettere le emozioni in modo rispettoso e socialmente appropriato.
- Utilizzare efficacemente il linguaggio del corpo (ad esempio, gesti, postura, distanza e contatto visivo) per supportare la comunicazione verbale.
- Comprendere l'impatto dei segnali non verbali sugli altri e come il linguaggio del corpo influenzi le interazioni interpersonali.
- Dimostrare una maggiore consapevolezza della propria postura, dei propri movimenti e dell'uso dello spazio nei contesti comunicativi.
- Distinguere tra comunicazione verbale e non verbale congruente e incongruente e spiegare come questa influisca sul messaggio ricevuto.

Materiali:

- Dispensa 2: Schede di memoria Emoji.
- Foglio 3: Comunicazione - Schede "Recitalo".

Durata:

90 minuti

Attività:

Introduzione e riscaldamento (15 minuti)

- Facilita una discussione di gruppo per riflettere sul contatto visivo e sul suo ruolo nella comunicazione. Spiega come può influenzare ogni conversazione e che tipo di impatto ha sulla persona con cui stai parlando, o come la conversazione si sviluppa con esso.
- Chiedi agli studenti di riflettere su quanto segue:
 - Come ti senti quando qualcuno ti guarda direttamente negli occhi durante una conversazione? Ti senti a disagio? Perché?
 - Il contatto visivo è sempre appropriato mentre parlate con qualcuno?
 - Mantenete il contatto visivo o lo evitate?

Attività 1: Espressione facciale - Gioco "Emoji Memory" (20 minuti)

- Gli studenti giocano al classico gioco di memoria, utilizzando carte con diverse espressioni facciali (felice, triste, arrabbiato, sorpreso, ecc.). Il foglio 2 può essere utilizzato come supporto.
- Gli studenti devono riconoscere l'espressione su ogni carta e trovare la coppia corrispondente. È importante discutere ogni espressione, poiché ci aiuta a capire che le nostre espressioni facciali cambiano costantemente in risposta al nostro stato emotivo interiore.
- Dopo il gioco, chiedete agli studenti:

- In che modo il nostro viso comunica ciò che proviamo, anche quando non parliamo?

Attività 2: Esprimersi fisicamente (25 minuti)

- Utilizza le carte del foglio 3 per questa attività.
- Gli studenti si siedono in cerchio. Ogni studente pesca una carta che raffigura un'emozione o un'espressione fisica comune (ad esempio, dire grazie, salutare qualcuno, invitare qualcuno, dire sì o no, allontanare qualcuno, essere arrabbiati, tristi, sorpresi, spaventati o disgustati).
- La recitano senza usare parole, mentre gli altri cercano di indovinare l'emozione o il messaggio espresso.
- Dopo il gioco, chiedi agli studenti:
 - È stato facile indovinare?
 - Quali gesti o posture l'hanno tradita?

Attività 3: La postura del corpo e le emozioni sono interconnesse (25 minuti)

- Questa attività finale è un breve gioco di ruolo ideato per dimostrare come tutti questi elementi siano collegati e per aiutare gli studenti a comprendere come il linguaggio del corpo e il tono di voce influenzino il significato.
- Gli studenti scelgono una frase e la esprimono in due modi diversi (opposti) per esplorare come le emozioni e il linguaggio del corpo siano interconnessi. Recitano frasi cariche di emozioni, utilizzando sia un linguaggio del corpo e un tono di voce corrispondenti che contrastanti.
- Esempi:
 - “Che bella giornata!” — una volta detto con un grande sorriso e una postura rilassata; una volta con i pugni serrati e un'espressione scontenta.
 - “Sono felice” — una volta con le braccia alzate e un tono gioioso; un'altra volta con la schiena curva e il cipiglio.
 - “Voglio parlarti” — una volta con contatto visivo diretto; una volta evitando il contatto visivo.
 - “Sono triste” — la prima volta mentre ballava e sorrideva; la seconda mentre era sdraiato sul pavimento con un'espressione triste.
 - “Ciao, come stai?” - la prima volta in piedi mentre l'altra persona è seduta; la seconda volta con entrambe le persone sedute.
 - “Che bella giornata, vero?” - la prima volta detto a qualcuno che ti dà le spalle; la seconda volta a qualcuno che ti guarda e che risponde: “Sì, è vero, mi sto godendo la giornata”.
- Dopo l'attività, chiedi agli studenti:
 - In che modo il linguaggio del corpo ha cambiato il significato?
 - Hai creduto a chi parlava in entrambi i casi?

Valutazione (5 minuti)

- Domande di riflessione veloce:
 - Cosa avete imparato sul vostro linguaggio del corpo?
 - Cosa ti ha sorpreso o messo in difficoltà?
 - Come applicherai queste conoscenze nella vita reale?

Suggerimenti per gli educatori

1

Osserva gli studenti durante le attività e fornisci un feedback delicato sui segnali non verbali.

2

Sii sensibile alle differenze culturali. Tieni presente che le norme relative al contatto visivo e allo spazio personale variano da una cultura all'altra.

3

se possibile, utilizzate specchi o registrazioni video per consentire agli studenti di riflettere sul proprio linguaggio del corpo.



Foglio 2 - Carte emozioni Gioco 'Memory':



GIOIOSO



FELICE



TRISTE



ARRABBIATO



DISGUSTATO



STANCO



TRANQUILLO



CONFUSO



IMBRONCIATO



FURIOSO



DIVERTITO



INNAMORATO



ASSONNATO



FRUSTRATO



MALINCONICO



SOLO



PREOCCUPATO



SORPRESO



NERVOSO



PREOCCUPATO



FREDDO



CALDO



AMAREGGIATO



CONTRARIATO



ENTUSIASTA



GRATO



SODDISFATTO



ORGOGLIOSO



AFFAMATO



IRRITATO



**COL CUORE
SPEZZATO**



AMMALATO

Comunicazione Recitalo

DIRE GRAZIE	ALLONTANATI DA QUALCUNO	DI QUALCOSA DI CARINO	
SALUTA QUACUNO	ESSERE ARRABBIATO	RASSICURA QUALCUNO	
INVITA QUALCUNO A CASA	ESSERE TRISTE	ESSERE ORGOGLIOSO	
DIRE SÌ	ESSERE SORPRESO	ESSERE DISGUSTATO	
DIRE NO	ESSERE IMPAURITO	ESSERE FELICE	

Abilità comunicative - Lezione 3



Ascolto attivo

L'obiettivo dell'attività è aiutare le persone con disabilità intellettive a sviluppare capacità di ascolto attivo e di comunicazione con estranei, familiari e amici. Mira inoltre ad aiutarle ad ascoltare con attenzione, a porre domande e a rispondere in modo appropriato durante una conversazione e a diventare comunicatori più coinvolti e reattivi.

Risultati di apprendimento attesi:

- Dimostrare maggiore empatia ascoltando attivamente e rispondendo in modo ponderato durante una conversazione.
- Porre domande e rispondere in modo da favorire la comprensione reciproca e non andare fuori tema.
- Comprendere l'importanza della fiducia, della riservatezza e dell'onestà nella comunicazione con amici, familiari e altri.
- Identificare come possono sorgere malintesi a causa di un ascolto inadeguato e riconoscere le strategie per prevenirli.

Materiali:

- Foglio 4 Cartellini segni "buono" o "cattivo":.
- Favola "Il topo di città e il topo di campagna" o qualsiasi altra favola breve/coinvolgente. Guarda una raccolta delle favole di Esopo su questo sito web.
- Fogli di carta o post-it con i nomi dei personaggi/oggetti della favola scelta (per il gioco "Indovina chi").

Durata:

90 minuti

Attività:

Introduzione e riscaldamento (15 minuti)

- Leggi ad alta voce una breve favola divertente che includa diversi personaggi e dettagli. Verifica che tutti stiano ascoltando e assicurati che ricordino alcuni dettagli, fondamentali per i giochi successivi.
- Coinvolgi i partecipanti con semplici domande di approfondimento:
 - Chi sono i personaggi principali?
 - Di che colore era la casa?
 - Quali oggetti o animali compaiono nella storia?
 - Come finisce la storia?

Attività 1: Ascolto ed empatia (20 minuti)

- Fornisci ai partecipanti i cartellini del foglio 4.
- Ogni partecipante condivide due brevi esperienze personali: una positiva e una negativa.
- Il gruppo ascolta attentamente senza interrompere.
- Alla fine di ogni storia, i partecipanti alzano un cartellino con la scritta "Buono" o "Cattivo" per esprimere il tipo di storia che hanno ascoltato.
- Questi segnali possono sembrare piuttosto ovvi, ma lo scopo è incoraggiare tutti ad ascoltarsi attentamente, a capirsi e a entrare in contatto con le storie o i sentimenti degli altri.

- Discutete su come vi siete sentiti nel condividere e nell'ascoltare.
 - È stato facile identificare il tipo di storia?
 - Quali cartelli vi hanno aiutato a capire come si sentiva qualcun altro?

Attività 2: Onestà, fiducia e incomprensioni (25 minuti)

- Presentate tre storie di fantasia che riguardano la menzogna, il segreto e l'ascolto. Ogni storia ha un finale negativo e gli studenti discuteranno i problemi e le soluzioni.
- Dopo ogni storia, coordina una riflessione di gruppo:
 - Cosa è andato storto?
 - Chi avrebbe potuto ascoltare meglio?
 - Come si sarebbe potuta evitare la situazione?
- Esempi di storie:
- Storia 1: La relazione segreta di Anna – Riguarda la condivisione di informazioni private senza permesso.
 - Ana racconta alla sua amica Sara che ha un ragazzo e che è innamorata, ma ha paura che qualcuno li veda insieme e lo dica a sua madre, che non vuole che lei abbia un ragazzo. Tornando a casa, Sara incontra la loro comune amica Maya e le racconta che Ana ha una relazione. Più tardi, durante il pranzo, Maya racconta a sua madre la notizia che Ana ha un ragazzo. La madre di Maya chiama quindi la madre di Ana e le riferisce l'informazione.
 - Discutete con gli studenti cosa è successo e quali sono i problemi.
- Storia 2: Il problema del quaderno di Luca – Riguarda un malinteso dovuto a una conversazione affrettata.
 - Luca ha dimenticato di dire a sua madre che aveva bisogno di un quaderno di musica per il suo progetto scolastico del giorno dopo. Glielo ha detto solo 20 minuti prima della chiusura dei negozi. Poiché era di fretta e infastidita, non lo ha ascoltato con molta attenzione, è uscita di corsa, è andata al negozio e è tornata con un quaderno normale. A quel punto, tutti i negozi erano chiusi ed era troppo tardi per rimediare al malinteso. Nonostante la reazione rapida di sua madre, non si è ottenuto nulla. Il quaderno che ha non è adatto alla lezione e riceverà un brutto voto.
 - Discutete con gli studenti cosa è andato storto.
- Storia 3: Il dilemma dell'abito della mamma – Sul dare un feedback senza prestare attenzione.
 - Caterina e Giuseppe stanno facendo shopping con la madre. Lei sta cercando un abito elegante per un importante incontro di lavoro il giorno successivo. I vestiti devono essere professionali e comodi. Caterina vuole aiutare, ma ha fretta di tornare a casa perché più tardi arriveranno i suoi amici. Giuseppe non è interessato: sta giocando con il cellulare e vuole solo andarsene. La madre trova un vestito, ma non è sicura che le stia bene, quindi chiede la loro opinione. Caterina le dice subito che le sta benissimo, solo per sbrigare la cosa. Giuseppe non guarda nemmeno e concorda, sperando di finire prima. Più tardi, a casa, la madre prova di nuovo il vestito e si rende conto che non è adatto al lavoro.
 - Discutete con gli studenti chi ha sbagliato e perché.
- Dopo l'attività, discutete su come l'ascolto e l'onestà abbiano un ruolo importante nella comunicazione rispettosa.

Attività 3: “Indovina chi?” Gioco di ascolto (25 minuti)

- I partecipanti scelgono un foglietto di carta piegato/un post-it con il nome di un personaggio o di un oggetto della favola iniziale.

- Senza guardarlo, lo mettono sulla fronte.
- Ponendo domande a cui si può rispondere con sì o no e ascoltando attentamente le risposte, cercano di indovinare chi o cosa sono.
- Il gioco è divertente e rafforza anche l'ascolto, la capacità di porre domande e la memoria in modo inclusivo.

Valutazione (5 minuti)

- Sedetevi in cerchio e chiedete a ciascuno:
 - Cosa ti è piaciuto di più oggi? (Ad esempio: la storia, il gioco, parlare, ascoltare...).
 - È stato facile o difficile ascoltare gli altri? (Se utile, usa le carte con il pollice alzato/abbassato o la faccina sorridente/triste).
 - Come ti senti quando qualcuno ti ascolta attentamente? (Lascia che gli studenti condividano brevi risposte o le recitino).
 - Puoi dimostrare una cosa che hai imparato oggi? (Ad esempio: ascoltare attentamente, fare domande, aspettare il tuo turno...).

Suggerimenti per gli educatori

1

scegli una favola divertente e facile da capire, con personaggi chiari e dettagli memorabili.

2

incoraggiate la comunicazione sia verbale che non verbale: se alcuni partecipanti non sono in grado di rispondere verbalmente, utilizzate segni, carte con emoji, gesti o immagini per aiutarli a esprimere emozioni e risposte.

3

Ripeti più volte le conclusioni importanti, usando un linguaggio semplice, per aiutare i partecipanti a ricordarle (ad esempio, "Ascoltiamo per capire", "Ascoltare dimostra che ci teniamo").



Foglio 4 Cartellini segni “buono” o “cattivo”:

BUONO

CATTIVO

Abilità comunicative - Lezione 4



Discutere le proprie esigenze, opinioni o desideri in una conversazione

L'obiettivo di questa attività è insegnare agli studenti a essere più chiari e precisi quando dibattono o esprimono i propri bisogni, opinioni o desideri nelle conversazioni o nelle situazioni di vita reale. Lo scopo è aiutarli a mantenere la comunicazione, risolvere i malintesi e rispondere in modo appropriato durante le conversazioni.

Risultati di apprendimento attesi:

- Usare parole e toni chiari e appropriati per esprimersi durante una conversazione.
- Condividere educatamente i propri sentimenti, bisogni o desideri utilizzando sia la comunicazione verbale che non verbale (ad esempio, il linguaggio del corpo, lo spazio personale).
- Esprimere un'opinione o rispondere al commento di qualcuno senza iniziare una discussione o sembrare scortesi.

Materiali:

- Rotoli di cartone (con immagini).
- Foglio 5: Carte gioco 'il serpente narrativo'.
- Foglio 6: Foto dell'attività 3.

Durata:

90 minuti

Attività:

Introduzione e riscaldamento (15 minuti)

- Lo scopo dell'attività di riscaldamento è quello di introdurre il tema dell'espressione di sé in modo rispettoso ed educato.
- Facilitare una discussione di gruppo con domande semplici e aperte per stimolare il pensiero:
 - Come si fa a porre una domanda quando si è nel mezzo di una conversazione?
 - Dici ai tuoi amici o alla tua famiglia quando hai bisogno di qualcosa?
 - Gli altri vi chiedono maggiori dettagli quando raccontate una storia o condividete un problema?
 - Ti piace ascoltare le opinioni degli altri? Perché sì o perché no?

Attività 1: Serpente narrativo (20 minuti)

- Prima di iniziare l'attività, preparare dei rotoli di cartone con delle immagini utilizzando il foglio 5.
- Gli studenti si siedono in cerchio e, a turno, scelgono un rotolo di cartone con un'immagine (ad esempio un albero, una bicicletta, un telefono).
- Ogni persona aggiunge una frase a una storia di gruppo in continua evoluzione, usando la propria immagine come ispirazione e collegandosi alla frase precedente. Alla fine, gli studenti avranno una grande storia collegata.
- L'obiettivo è esercitarsi a parlare a turno, pensare in modo creativo, ascoltare e continuare una conversazione in modo rispettoso.

Attività 2: Esprimere i bisogni (20 minuti)

- Ogni studente sceglie una “scheda dei bisogni” (ad esempio, il bisogno di essere ascoltato, di sentirsi al sicuro, di essere amato, di mangiare, di essere compreso).
- Spiegano brevemente cosa significa per loro quel bisogno, perché è importante e come lo esprimerebbero educatamente nella vita reale.
- L'obiettivo è ascoltarsi a vicenda, esprimere opinioni diverse sulla stessa cosa e capirsi meglio in situazioni future o presenti.

Attività 3: Gioco di ruolo “Cosa voglio?” (25 minuti)

- Gli studenti scelgono a turno una scatola con una foto sopra (ad esempio, parrucchiere, ristorante, concessionaria di automobili, fast food, negozio di alimentari, negozio di abbigliamento). Utilizzare il foglio 6 per le foto. All'interno di ogni scatola ci sono immagini di articoli o acconciature correlati.
- Ogni foto sarà diversa. Gli studenti devono sceglierne una, recarsi al “negozio” appropriato e spiegare esattamente ciò di cui hanno bisogno alla persona che aspetta di prendere la loro ordinazione.
- L'obiettivo è quello di esercitare le abilità di comunicazione quotidiana in situazioni realistiche in cui è importante esprimere chiaramente le proprie esigenze.
- Incoraggiate l'uso di frasi educate come:
 - “Posso avere...?”
 - “Vorrei...”
 - “Avete...?”

Valutazione (5 minuti)

- Sedetevi in cerchio e riflettete utilizzando domande semplici:
 - Cosa ti è piaciuto fare oggi?
 - È stato facile o difficile dire quello che volevi?
 - Perché è importante parlare in modo chiaro e educato?
- Concludete con un feedback positivo e ripetete messaggi chiave come:
 - “Tutti abbiamo dei bisogni: è giusto parlarne.”
 - “È meglio chiedere che rimanere in silenzio”.
 - “Tutti possiamo esercitarci a conversare in modo educato”.

Suggerimenti per gli educatori

1

scegli immagini chiare e semplici per il gioco “story snake” (ad esempio, cibo, animali, tempo atmosferico). Evita immagini astratte e aiuta gli studenti a collegare le immagini a qualcosa che conoscono dalla vita reale.

2

Aiutate gli studenti a collegare i bisogni ai sentimenti (Attività 2). Prima dell'attività, rivedete brevemente cosa sono i “bisogni” (ad esempio, cibo, riposo, amore, attenzione). Utilizzate carte delle emozioni o icone semplici (ad esempio, un cuore per l'amore, un piatto per la fame) per facilitare la comprensione.

3

Utilizza scenari di gioco di ruolo della vita reale per l'attività 3. Allestisci un semplice “banco negozio” con un tavolo e cartellini con i nomi per il gioco di ruolo. Utilizza oggetti reali o stampati (ad esempio, hamburger giocattolo, foto di un taglio di capelli) in modo che gli studenti possano tenerli in mano e indicarli se necessario.



Foglio 5 - Carte gioco 'il serpente narrativo' per raccontare storie :



Foglio 6 - Foto dell'attività 3 :



Abilità comunicative - Lezione 5



L'importanza di controllare le emozioni nella comunicazione

L'obiettivo dell'attività è aiutare le persone con disabilità intellettive a gestire le proprie emozioni durante la comunicazione, a sviluppare la pazienza e a esprimere i propri sentimenti in modo chiaro ed efficace durante le conversazioni e le interazioni quotidiane. Sottolinea inoltre l'importanza di essere pazienti e calmi quando si discutono questioni con la famiglia, gli amici e gli altri.

Risultati di apprendimento atteso:

- Insegnare agli studenti come essere più moderati e calmi nelle situazioni e nelle conversazioni.
- Rimanere calmi e moderati durante le conversazioni, anche in situazioni difficili.
- Esprimere le proprie emozioni in modo chiaro e rispettoso.
- Esercitare la pazienza quando si discutono argomenti emotivi o disaccordi.
- Riconoscere i diversi stati emotivi in se stessi e negli altri.

Materiali:

- Carte da gioco (dovrebbero consistere in coppie corrispondenti, più una carta singola dispari o "cattiva").
- Elenco di emozioni o frasi emotive (è possibile utilizzare le carte del foglio 2 come supporto).
- Foglio 7: Elenco di frasi emotivamente difficili.
- Penna e carta.

Durata:

90 minuti

Attività:

Introduzione e riscaldamento: gioco di carte (20 minuti)

- Giocate a carte per riscaldare il gruppo e introdurre l'idea di controllare le espressioni facciali e le reazioni.
- Il gioco può essere giocato da un numero qualsiasi di giocatori, ma ne occorrono almeno due. Il mazzo è composto da coppie di carte uguali, più una singola carta "cattiva" che non ha coppie. Le carte vengono mescolate e distribuite equamente a tutti i giocatori. Se un giocatore ha delle coppie in mano all'inizio, deve scartarle immediatamente.
- Il gioco procede poi con i giocatori che giocano a turno in senso orario. Quando è il tuo turno, peschi una carta dal giocatore alla tua sinistra. Se questa carta forma una coppia con una carta che hai in mano, scarti immediatamente la coppia. In caso contrario, tieni la carta.
- L'obiettivo è quello di sbarazzarsi di tutte le coppie. Alla fine, tutte le coppie saranno scartate e un solo giocatore rimarrà con la carta "cattiva".
- Se hai la carta cattiva, gli altri giocatori cercheranno di prenderla da te durante il loro turno. Il tuo obiettivo è quello di mantenere un'espressione impassibile e non mostrare alcuna emozione, in modo che gli altri non si accorgano che hai la carta cattiva. Se qualcuno prende la carta cattiva da te, perdi la partita.
- Spiega: "In questo gioco è importante non mostrare le proprie emozioni. Se sembri troppo felice o arrabbiato, gli altri potrebbero indovinare quale carta hai!".

Attività 1: Riconoscere e dare un nome alle emozioni (20 minuti)

- Discutete delle emozioni e degli stati d'animo.
- Utilizza un elenco di emozioni o stati d'animo come:
 - Sono arrabbiato.
 - Sono felice.
 - Sono triste.
 - Sono eccitato.
 - Voglio stare da solo.
- Le carte del foglio 2 possono essere utilizzate per supportare questa attività.
- Ogni partecipante pesca una carta con una frase/emozione e la spiega al gruppo. Dovrebbero considerare:
 - Cosa significa?
 - Come appariamo o ci comportiamo quando proviamo questa emozione?
 - Come ci vedono gli altri in quel momento?
 - Come reagiamo e riconosciamo quello stato negli altri?

Attività 2: Come esprimere le emozioni in modo rispettoso (25 minuti)

- Presentare 8-10 frasi emotivamente difficili, utilizzando il foglio 7. Ad esempio:
 - “Non ti amo più.”
 - “Il tuo cane è morto.”
 - “Qualcuno ha rubato dei soldi dalla mia borsa.”
 - “Per favore, non avvicinarti così tanto a me, esci dal mio spazio personale.”
 - “Mi dispiace, ma non posso aiutarti in questo momento.”
 - “Mi hai ferito quando hai detto quella cosa.”
 - “Ho bisogno di stare da solo in questo momento.”
 - “Stai parlando troppo forte e mi dà fastidio.”
 - “Ho commesso un errore e mi dispiace.”
 - “Possiamo parlarne più tardi? In questo momento sono molto turbato.”
- Discutete insieme qual è il modo giusto per trasmettere il messaggio senza ulteriori complicazioni o conflitti:
 - Come possiamo dirlo in modo gentile e chiaro?
 - Quale tono di voce o linguaggio del corpo dovremmo usare?
 - Cosa potrebbe succedere se lo dicessimo nel modo sbagliato?

Attività 3: Esercitarsi nella pazienza – Gioco dell'impiccato (20 minuti)

- Giocate al classico gioco di indovinare le parole, l'impiccato, in piccoli gruppi o in coppia.
- Si tratta di un gioco con carta e penna in cui una persona pensa a una parola segreta e gli altri cercano di indovinarla una lettera alla volta. Per ogni risposta errata, viene disegnata una parte di una figura stilizzata. Se la figura viene completata prima che la parola venga indovinata, il round termina.
- Il gioco può essere giocato con un numero qualsiasi di giocatori ed è un modo divertente per passare il tempo, mettendo alla prova il vocabolario e la pazienza.
- L'obiettivo è sviluppare pazienza, attenzione e concentrazione. Prendetevi del tempo per parlare di come ci sentiamo quando perdiamo o ci sentiamo frustrati e discutete dei modi per rimanere calmi e positivi.

Valutazione (5 minuti)

- Utilizzate semplici domande di riflessione:
 - Di quale emozione avete parlato oggi?
 - È stato difficile mantenere la calma durante un gioco o una discussione?
 - Come ti senti quando gli altri ti parlano con gentilezza e pazienza?
 - Puoi mostrarmi come dire qualcosa in modo calmo?
- Concludi lodando il gruppo per il suo impegno e ricordando loro:
 - “È normale provare emozioni, ma è importante il modo in cui le esprimiamo”.
 - “Possiamo sempre fare un respiro profondo, mantenere la calma e parlare con gentilezza”.

Suggerimenti per gli educatori

1

Date voi stessi l'esempio di un comportamento calmo usando un tono pacato, parlando lentamente e mostrando empatia durante tutta la sessione.

2

Normalizza le emozioni e ricorda agli studenti che tutti i sentimenti sono accettabili; ciò che conta è come li esprimiamo!

3

se uno studente ride in un momento inappropriato o reagisce in modo forte, rimproveratelo gentilmente e spiegategli perché una risposta diversa potrebbe essere più appropriata.



**“Non ti amo
più.”**

**“Il tuo cane è
morto.”**

**“Qualcuno ha
rubato dei soldi
dalla mia borsa.”**

**“Per favore, non
avvicinarti così tanto
a me.”**

“Mi dispiace, ma non posso aiutarti in questo momento.”

“Mi hai ferito quando hai detto quella cosa.”

“Ho bisogno di stare da solo in questo momento.”

“Stai parlando troppo forte e mi dà fastidio.”

“Possiamo parlarne più tardi? In questo momento sono molto turbato.”

“Ho commesso un errore e mi dispiace.”

Abilità comunicative - Lezione 6



I nuovi media nella comunicazione

Lo scopo dell'attività è aiutare le persone con disabilità ad apprendere come utilizzare in modo appropriato i nuovi media e le piattaforme dei social media, compreso come inviare messaggi e comunicare online in modo rispettoso, evitando di causare disagio o problemi agli altri.

Risultati di apprendimento attesi:

- Avviare una conversazione online, inviare un messaggio di testo e riconoscere quando è appropriato utilizzare i social media.
- Esprimersi in modo chiaro ed efficace nella comunicazione online, utilizzando un linguaggio e un tono appropriati.
- Rimanere in tema, iniziare e terminare le conversazioni online in modo educato ed evitare errori di comunicazione comuni.

Materiali

- Foglio 8: Leggi il messaggio e rispondi.
- Foglio 9: Sfida 'la telefonata di un minuto'.
- Clessidra o cronometro.
- 10 foto che mostrano situazioni comuni online, per aiutare a collegarle alle reazioni o alle emoji appropriate.

Durata:

90 minuti

Attività:

Introduzione e riscaldamento (15 minuti)

- Facilita una discussione di gruppo sui nuovi modi di comunicare online. Lo scopo è quello di sensibilizzare sul ruolo della comunicazione digitale nella vita quotidiana e preparare il terreno per attività pratiche.
- Utilizza queste semplici domande:
 - Cosa sono le piattaforme di social media? (ad esempio WhatsApp, Facebook, Instagram).
 - Come invii solitamente un messaggio?
 - Cosa rende un messaggio educato o scortese?
 - Quali tipi di contenuti dovremmo evitare di condividere online?

Attività 1: inviare un breve messaggio (20 minuti)

- A ogni studente viene fornita una breve spiegazione di una situazione e un limite di parole per scrivere un messaggio di testo, dal foglio 8. L'obiettivo è esercitarsi a comunicare in modo chiaro e conciso online.
- Esempi di suggerimenti:
 - "Stai tornando a casa dalla festa e chiami tua madre per dirle che stai tornando a casa sana e salva. Devi inviarle un messaggio utilizzando solo 7 parole".
 - "Sei in ritardo per un incontro con un amico. Invia un messaggio utilizzando solo 6 parole".
 - "Vuoi ringraziare il tuo vicino per averti aiutato a portare la spesa. Invia un messaggio utilizzando solo 5 parole."
 - "Sei malato e vuoi cancellare i tuoi programmi con un amico. Invia un messaggio utilizzando 7 parole."

- “Vuoi augurare buon compleanno a tuo cugino. Invia un messaggio utilizzando 6 parole.”
- “Vuoi ordinare una pizza. Invia un messaggio utilizzando 5 parole.”
- “Hai visto il cane del tuo amico e vuoi dirglielo. Invia un messaggio usando 6 parole.”
- “Hai trovato il portafoglio smarrito di qualcuno. Invia un messaggio utilizzando 7 parole per farglielo sapere.”
- “Hai esaurito il credito sul tuo telefono. Invia un messaggio chiedendo aiuto in 6 parole.”
- I partecipanti devono scrivere 2-3 messaggi.

Attività 2: Sfida della telefonata di un minuto (20 minuti)

- Gli studenti proveranno a fare una telefonata. Ogni studente riceverà un breve scenario da leggere e recitare come una conversazione telefonica con un amico (dal foglio 9).
- Scenari di telefonata:
 - Chiami il tuo amico per ricordargli della gita allo zoo di domani.
 - Chiami tuo fratello per dirgli che hai trovato le sue chiavi smarrite.
 - Chiami tua nonna per augurarle buon compleanno.
 - Chiami un amico per invitarlo a casa tua per una serata cinema.
 - Chiami il tuo vicino per chiedergli se ha visto il tuo gatto smarrito.
 - Chiami i tuoi genitori per chiedere se possono venirti a prendere prima.
- Passaggi:
 - Saluta la persona.
 - Fornisci le informazioni principali.
 - Rispondi o fai una domanda.
 - Saluta.
- Utilizza un timer da 1 minuto (ad esempio una clessidra o un cronometro). Se lo studente completa il compito in tempo, passa al round successivo in una competizione amichevole. L'ultima persona rimasta è il vincitore.
- L'obiettivo è quello di acquisire sicurezza nel parlare e nell'etichetta digitale attraverso una pratica strutturata e a tempo.

Attività 3: Abbina la reazione (25 minuti)

- Disponi 10 foto che mostrano situazioni comuni online (ad esempio, qualcuno che condivide una buona notizia, qualcuno che è triste, qualcuno che fa una battuta).
- Gli studenti abbinano ogni foto a un'emoji o a una reazione adeguata (ad esempio, 😊 😢 😄 😡 😏).
- Ogni abbinamento deve essere seguito da una breve spiegazione:
 - Perché hai scelto quella reazione?
 - Come risponderesti a quella persona online?

Valutazione (5 minuti)

- Facilita una riflessione conclusiva:
 - Cosa hai imparato oggi sull'invio di messaggi?
 - È stato difficile scegliere le parole o le emoji giuste?
 - Perché è importante essere educati online?

- Concludi con i punti chiave:
 - “I messaggi online devono essere chiari e gentili.”
 - “Pensa sempre prima di inviare.”
 - “Usa le emoji per mostrare come ti senti, ma sceglile con attenzione”.

Suggerimenti per gli educatori

1

Mostra come scrivere messaggi usando un tono educato. Scrivi insieme alla classe alcuni esempi di messaggi sulla lavagna (ad esempio, “Ciao! Sto tornando a casa”) e chiedi: “È educato? È chiaro?”

2

esercitatevi a identificare il tono “giusto o sbagliato” di un messaggio (ad esempio, usare SOLO MAIUSCOLO, troppe emoji o nessun saluto).

3

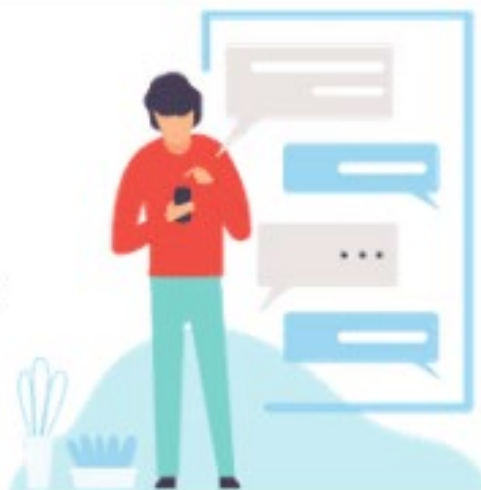
Aiutate gli studenti a capire che le emoji aggiungono emozione, ma a volte possono essere fraintese. Discutete quando sono appropriate 😊 e quando potrebbero non esserlo 😡, 💩, 🤪.



Leggi il Messaggio e Rispondi

Leggi un messaggio e poi scrivi una risposta con un numero limitato di parole.

“Stai tornando a casa da una festa, sei a piedi e stai chiamando tua mamma per dirle che stai tornando sano e salvo. Mandale un messaggio usando solo 7 parole.”



Risposta:



Leggi il Messaggio e Rispondi

Leggi un messaggio e poi scrivi una risposta con un numero limitato di parole.

“Sei in ritardo all'appuntamento con un amico. Mandagli un messaggio usando solo 6 parole.”



Risposta:



Leggi il Messaggio e Rispondi

Leggi un messaggio e poi scrivi una risposta con un numero limitato di parole.

“Sei malato e vuoi cancellare l'appuntamento con un amico. Mandagli un messaggio usando solo 7 parole.”



Risposta:



Leggi il Messaggio e Rispondi

Leggi un messaggio e poi scrivi una risposta con un numero limitato di parole.

“Vuoi fare gli auguri di buon compleanno a tuo cugino. Manda un messaggio usando 6 parole.”



Risposta:



Leggi il Messaggio e Rispondi

Leggi un messaggio e poi scrivi una risposta con un numero limitato di parole.

“Vuoi ordinare una pizza.
Manda un messaggio
usando 5 parole.”



Risposta:



Leggi il Messaggio e Rispondi

Leggi un messaggio e poi scrivi una risposta con un numero limitato di parole.

“Hai visto il cane dei tuoi amici e vuoi dirglielo. Manda un messaggio usando 6 parole.”



Risposta:



Leggi il Messaggio e Rispondi

Leggi un messaggio e poi scrivi una risposta con un numero limitato di parole.

“Hai trovato il portafoglio smarrito di qualcuno. Manda un messaggio usando 7 parole per farglielo sapere.”



Risposta:



Leggi il Messaggio e Rispondi

Leggi un messaggio e poi scrivi una risposta con un numero limitato di parole.

“Non hai più credito sul telefonino. Manda un messaggio di aiuto usando 6 parole.”



Risposta:



Sfida 'la telefonata di 1 minuto'

Leggi gli scenari e recita una conversazione telefonica con
un amico.

Chiami il tuo amico per
ricordargli della gita allo zoo
di domani.



Chiami tuo fratello per dirgli
che hai trovato le sue chiavi
smarrite.





Sfida ‘la telefonata di 1 minuto’

Leggi gli scenari e recita una conversazione telefonica con
un amico.

Chiami il tuo amico per
ricordargli della gita allo zoo
di domani.



Chiami tuo fratello per dirgli
che hai trovato le sue chiavi
smarrite.





Sfida 'la telefonata di 1 minuto'

Leggi gli scenari e recita una conversazione telefonica con
un amico.

Chiami tua nonna per
augurarle buon compleanno.



Chiami un amico per invitarlo
a casa tua per una serata
cinema.



Risorse aggiuntive:

Funzionamento adattivo e comunicazione per adulti con disabilità intellettive e dello sviluppo: scheda informativa. (2019). Surrey Place – Programma di assistenza primaria per le disabilità dello sviluppo. Tratto da <https://ddprimarycare.surreyplace.ca/wp-content/uploads/2019/06/2.2-Adaptive-Functioning-and-Communication-Fact-Sheet.pdf>

Cerebra. (2021). Comunicazione con bambini con disabilità intellettive gravi o profonde: una guida per genitori e assistenti. Tratto da <https://cerebra.org.uk/wp-content/uploads/2021/11/Communication-1.pdf>

Indiana Institute on Disability and Community. (2020). Risorse per le abilità sociali nell'apprendimento online. Indiana University. Tratto da <https://www.iidc.indiana.edu/doc/resources/social-skills-resources-for-online-learning.pdf>

Inclusion Ireland. (2015). Un approccio sistemico alla formazione sulle abilità sociali per adulti con disabilità intellettiva: una prospettiva irlandese. Rivista internazionale di tecnologia e istruzione inclusiva, numero speciale volume 1. Tratto da <https://infonomics-society.org/wp-content/uploads/ijtie/published-papers/special-issue-volume-1/A-Systemic-Approach-to-Social-Skills-Training-for-Adults-with-Intellectual-Disability-An-Irish-Perspective.pdf>

Mencap. (2016). Comunicare con persone con disabilità di apprendimento: una guida per chi lavora o assiste persone con disabilità di apprendimento. Tratto da https://www.mencap.org.uk/sites/default/files/2016-12/Communicating%20with%20people_updated%20%281%29.pdf

Centro nazionale per le informazioni biotecnologiche. (2022). Strategie per migliorare le abilità sociali delle persone con disabilità intellettiva. Journal of Education and Health Promotion, 11, 122. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9513363/>

Progetto Stial. (2021). Uno strumento per supportare la comunicazione sul posto di lavoro per le persone con disabilità intellettiva. Supportare la transizione e la vita indipendente. Tratto da <https://stial.ie/resources/A%20Tool%20for%20Supporting%20Communication%20in%20the%20Workplace%20for%20Individuals%20With%20Intellectual%20Disabilities.pdf>

Insegnare le abilità comunicative: un kit di strumenti per gli educatori. (2018). Vanderbilt Kennedy Center. Tratto da <https://vkc.vumc.org/assets/files/resources/teach-com-skills.pdf>

Zinger, A. (2013). Insegnare agli adulti con disabilità intellettive a utilizzare il Picture Exchange Communication System (PECS) [Tesi di laurea magistrale, Mount Saint Vincent University]. Biblioteca e Archivi Canada. Tratto da https://central.bac-lac.gc.ca/.item?app=Library&id=TC-MWU-4962&oclc_number=1033168244&op=pdf



SOFT SKILLS+



DIGITAL MEDIA ZONE



**Cofinanziato
dall'Unione europea**

Finanziato dall'Unione europea. Le opinioni espresse appartengono, tuttavia, al solo o ai soli autori e non riflettono necessariamente le opinioni dell'Unione europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione europea né l'EACEA possono esserne ritenute responsabili. Numero del progetto: 2024-1-HR01-KA220-ADU-000247169



CC BY-NC-SA 4.0