



SOFT SKILLS+

Abilità sociali

Piani didattico

**COMPETENZE TRASVERSALI PER PERSONE
CON DISABILITÀ INTELLETTIVE**

Indice

Abilità sociali – Lezione 1	3
Abilità sociali – Lezione 2	10
Abilità sociali – Lezione 3	17
Abilità sociali - Lezione 4	24
Abilità sociali - Lezione 5	31
Abilità sociali – Lezione 6	38
Risorse aggiuntive	45

Abilità sociali – Lezione 1



Avviare e mantenere una conversazione: sviluppare abilità sociali per le interazioni quotidiane

L'obiettivo dell'attività è fornire agli studenti le competenze conversazionali appropriate per diversi scenari, aiutandoli così ad acquisire maggiore sicurezza nel parlare con gli altri.

Risultati di apprendimento attesi:

- Gli studenti acquisiranno le nozioni di base per avviare una conversazione.
- Gli studenti si eserciteranno a porre domande e a rispondere.
- Gli studenti inizieranno a sentirsi più a loro agio nel comunicare con gli altri.

Materiali:

- Foglio 1 Carte suggerimento 'Abilità Sociali':.
- Foglio 2 Carte suggerimento 'Estensione della Conversazione':.
- Foglio 3 Scheda di riflessione Lezione 1: Piano della lezione 1.

Durata:

45 minuti

Attività:

Introduzione e riscaldamento: Avvio del dialogo (10 minuti)

- Dividere gli studenti in piccoli gruppi di 2-3 persone per incoraggiare l'interazione.
- Utilizza le schede con suggerimenti sulle abilità sociali (Foglio 1), che offrono spunti di conversazione di base come "Ciao, come stai?", "Cosa ti piace fare nel tempo libero?" e "Posso aiutarti?" per questa attività.
- Ogni persona dovrebbe scegliere una carta di avvio alla conversazione dal mazzo, che utilizzerà per coinvolgere un altro studente nella conversazione.
- Proseguire con alcune domande aperte. I partecipanti dovrebbero riflettere su quanto sia stato facile per loro avviare una conversazione con gli altri:
 - Quando qualcuno ti ha avvicinato, come ti sei sentito?

Attività 1: Mantenere viva la conversazione (20 minuti)

- L'attività prevede che gli studenti mantengano conversazioni prolungate con i loro compagni in coppia. Gli studenti dovrebbero rimanere negli stessi gruppi dell'attività precedente. Consegnate loro le carte per prolungare la conversazione dal Foglio 2.
- La conversazione inizia con una semplice domanda che incoraggia entrambi gli interlocutori ad approfondire l'argomento attraverso domande di follow-up.
- Incoraggiate gli studenti a usare il contatto visivo, espressioni facciali amichevoli e tecniche di ascolto attivo, come annuire e mostrare apprezzamento attraverso risposte verbali. I partecipanti dovrebbero cambiare partner dopo 10 minuti.
- Domande per la discussione di gruppo:
 - Quali sono state le tecniche più efficaci per mantenere il flusso della conversazione?
 - Cosa ha reso difficile l'attività?

Attività 2: Riflessione e foglio di lavoro (10 minuti)

- Utilizzando il foglio di lavoro di riflessione (foglio 3), gli studenti dovrebbero scrivere quanto segue:
 - Gli aspetti che hanno reso facile e difficile avviare le discussioni.
 - Le aree che necessitano di miglioramento per il prossimo tentativo.

Valutazione (5 minuti)

- Chiedete agli studenti di condividere la lezione più importante che intendono applicare nella loro vita quotidiana.
- Incoraggiate gli studenti ad avviare conversazioni con persone che non conoscono durante la settimana successiva.

Suggerimenti per gli educatori

1

Create uno spazio aperto e piacevole per gli studenti

2

anche se si sentono in imbarazzo, gli studenti dovrebbero provare a conversare.

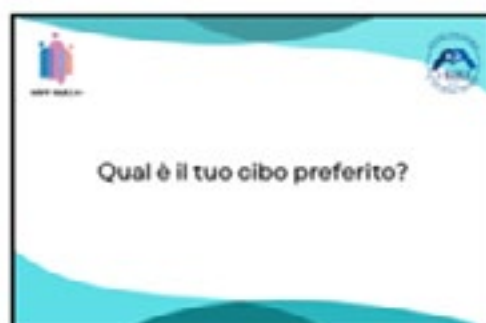
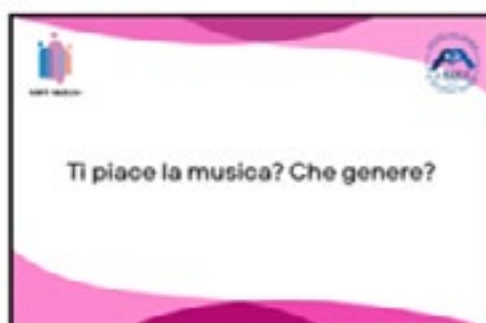
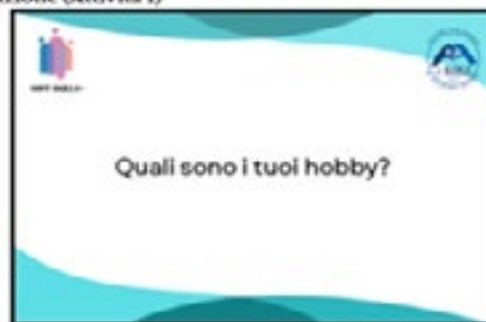
3

Elogia gli studenti per aiutarli ad acquisire sicurezza.



Foglio1 – Carte suggerimento 'Abilità Sociali':

Avvio di conversazione (Attività 1)

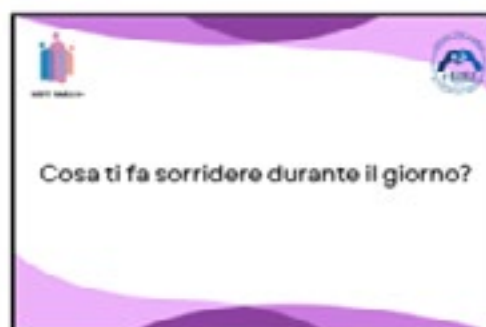
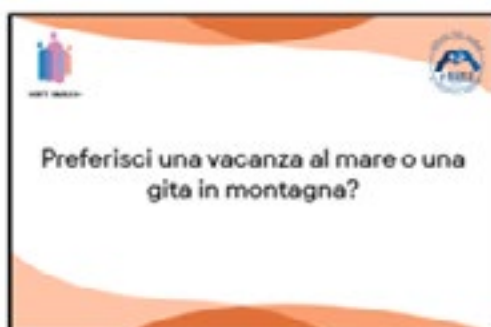
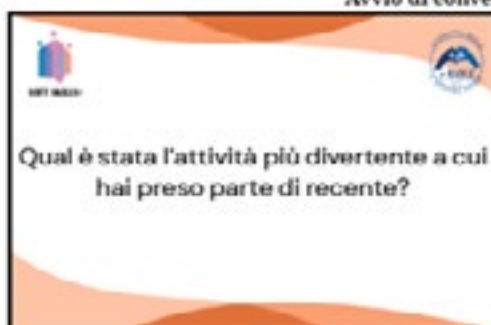


 Funded by
the European Union

 Erasmus+



Avvio di conversazione (Attività 1)



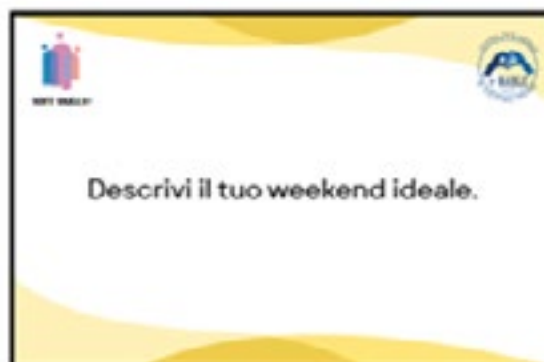
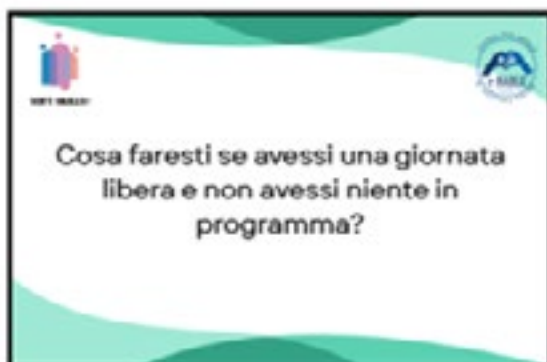
 Funded by
the European Union

 Erasmus+

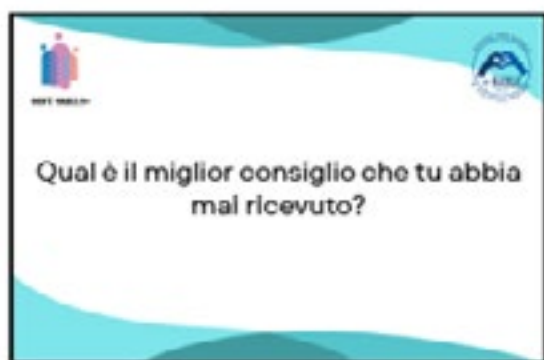
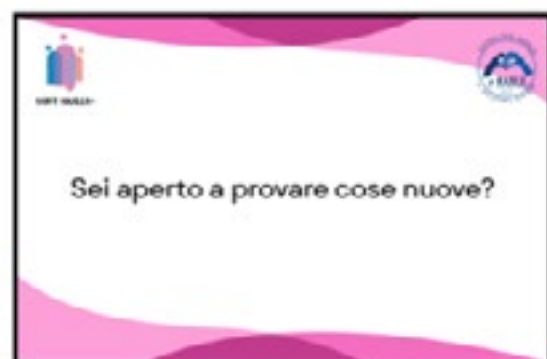


Foglio 2 – Carte suggerimento ‘Estensione della Conversazione’:

Estensione della conversazione (Attività 2)



Estensione della conversazione (Attività 2)



Nome:	Data:
FOGLIO DI LAVORO DI RIFLESSIONE	
	
Attività 3 - Riflettere su una conversazione	
1 Prima di iniziare... Valuta la tua sensazione di comfort prima di iniziare una conversazione da 1 (molto scomodo) a 5 (molto comodo). ☐1 ☐2 ☐3 ☐4 ☐5	
2 Prima di iniziare la conversazione, rifletti su cosa ti ha reso nervoso. Quale aspetto ti ha preoccupato di più? _____ _____	
3 Durante la conversazione... Quali erano le tue emozioni quando gli altri ti hanno avvicinato per primi? _____ _____	
4 Durante l'interazione, hai incontrato degli ostacoli, come cose che hanno reso difficile la conversazione, come fraintendere l'altra persona o non sapere cosa dire dopo? _____ _____	
5 Guardando al futuro... Durante la conversazione di oggi, sono riuscito a: _____. L'area specifica in cui desidero migliorare le mie prestazioni è _____. L'argomento di conversazione che intendo utilizzare di nuovo è _____. L'obiettivo di conversazione che ho scelto per questa settimana è _____.	
 Erasmus+ the European Union  Erasmus+ 	

Abilità sociali – Lezione 2



Comprendere i segnali sociali e il linguaggio del corpo: comunicare oltre le parole

L'obiettivo dell'attività è guidare gli studenti attraverso le interazioni sociali utilizzando comportamenti di comunicazione non verbale. Le attività consentono agli studenti di identificare e utilizzare efficacemente il linguaggio del corpo, le espressioni facciali e i gesti per migliorare le relazioni sociali.

Risultati di apprendimento attesi:

- Gli studenti saranno in grado di riconoscere i segnali sociali come il contatto visivo, i sorrisi e i gesti delle mani.
- Gli studenti comprenderanno come i loro movimenti corporei influenzano il modo in cui comunicano.
- Gli studenti saranno in grado di utilizzare efficacemente le abilità di comunicazione non verbale quando interagiscono con gli altri.

Materiali:

- Foglio 4: Immagini di diverse espressioni facciali.
- Foglio 5: Carte scenario per Giochi di Ruolo.
- Foglio 6: Scheda di riflessione Lezione 2.

Durata:

45 minuti

Attività:

Introduzione e riscaldamento: Comprendere il linguaggio del corpo (10 minuti)

- Il nostro giudizio iniziale sugli altri spesso inizia osservando le loro espressioni facciali e il loro linguaggio del corpo, anche prima che abbia luogo qualsiasi conversazione.
- Mostra ai partecipanti delle foto che ritraggono diverse espressioni facciali (vedi Foglio 4). Dovranno esaminare una serie di espressioni che riflettono stati emotivi (ad esempio, felice, triste, arrabbiato, sorpreso) e identificare i sentimenti associati a ciascuna di esse.
- Gli studenti discuteranno:
 - In che modo queste espressioni influenzano il modo in cui interpretiamo ciò che qualcuno sta dicendo.
- Chiedete agli studenti:
 - Vi è mai capitato di fraintendere qualcuno a causa della sua postura naturale?

Attività 1: Recitare i segnali sociali (20 minuti)

- Distribuite le schede con gli scenari di gioco di ruolo (foglio 5) a piccoli gruppi di 3-4 studenti.
- Gli studenti dovrebbero esercitarsi a:
 - Presentare qualcuno con una stretta di mano e un sorriso amichevole.
 - Assicurarsi che tutti mantengano una distanza appropriata mentre sono in coda.
 - Dimostrare un ascolto attivo ed efficace durante le conversazioni di gruppo.
- I membri di ciascun gruppo reciteranno il proprio scenario mentre gli altri gruppi osservano e analizzano i segnali sociali che vengono trasmessi.
- Domande per la discussione di gruppo:
 - Mentre stavate osservando lo scenario, quali segnali sociali avete notato?

- Il modo in cui i partecipanti hanno usato il linguaggio del corpo ha influenzato il modo in cui hanno interagito?
- Quando qualcuno mantiene le distanze o incrocia le braccia con forza, questo rende poco chiaro il risultato dell'interazione?

Attività 2: Riflessione e foglio di lavoro (10 minuti)

- Il foglio di lavoro di riflessione (foglio 6) contiene una serie di domande a cui gli studenti devono rispondere, tra cui:
 - Quale segnale sociale ha attirato maggiormente la mia attenzione durante l'attività?
 - Quali tecniche di linguaggio del corpo mi aiuteranno a rendere più efficace la mia comunicazione?

Valutazione (5 minuti)

- Gli studenti applicheranno le loro conoscenze a situazioni di vita reale durante la sessione di discussione finale.
- Attività "Pensa-Accoppia-Condividi":
 - Ricorda una conversazione che hai avuto negli ultimi giorni. Quali segnali non verbali hai notato durante lo scambio?
 - Le espressioni facciali e il linguaggio del corpo della persona erano in linea con ciò che stava dicendo e in che modo ciò ha influenzato la conversazione?
 - Siete stati in grado di riconoscere le emozioni dell'altra persona, anche quando le sue parole non le esprimevano chiaramente?

- Sfida pratica:

Gli studenti devono fissare degli obiettivi per le loro prossime attività settimanali.

- Quando interagisco con persone nuove, cercherò di mantenere un contatto visivo diretto.
 - Durante le conversazioni, dedicherò più tempo all'osservazione del linguaggio del corpo degli altri.
 - Negli incontri sociali, lavorerò per migliorare la mia abitudine di sorridere quando saluto gli altri.
- Gli studenti dovrebbero condividere le loro osservazioni su quanto hanno seguito questo piano nella prossima sessione!

Suggerimenti per gli educatori

1

Assicurati che gli studenti si sentano a proprio agio quando partecipano alle attività di role-play.

2

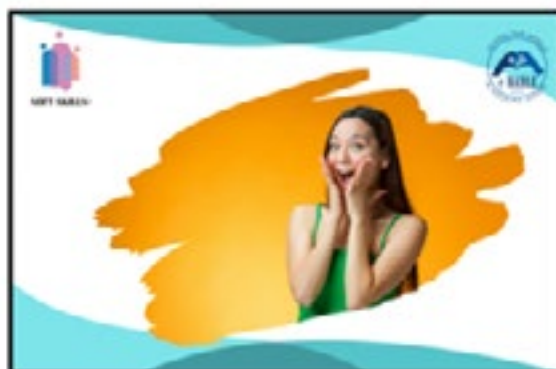
Utilizza esempi di vita reale per aiutare gli studenti a comprendere l'argomento in modo più efficace

3

incoraggiare gli studenti a sviluppare l'abitudine di cogliere i segnali sociali durante le pause dalle lezioni regolari.



Foglio 4 – Immagini di diverse espressioni facciali:



Co-funded by
the European Union

Erasmus+



Facial Expression (Activity 1)



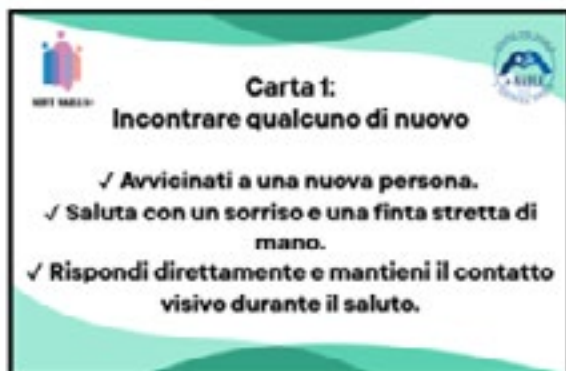
Co-funded by
the European Union

Erasmus+



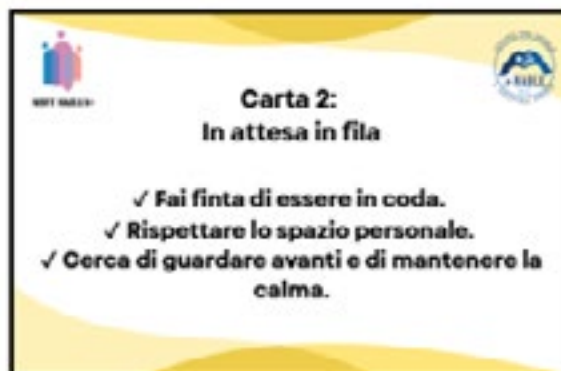
Foglio 5 – Carte scenario per Giochi di Ruolo:

Schede scenario per il gioco di ruolo (Attività 2)



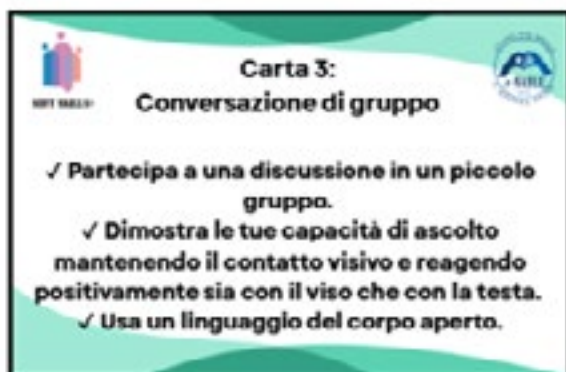
Carta 1:
Incontrare qualcuno di nuovo

- ✓ Avvicinati a una nuova persona.
- ✓ Saluta con un sorriso e una finta stretta di mano.
- ✓ Rispondi direttamente e mantieni il contatto visivo durante il saluto.



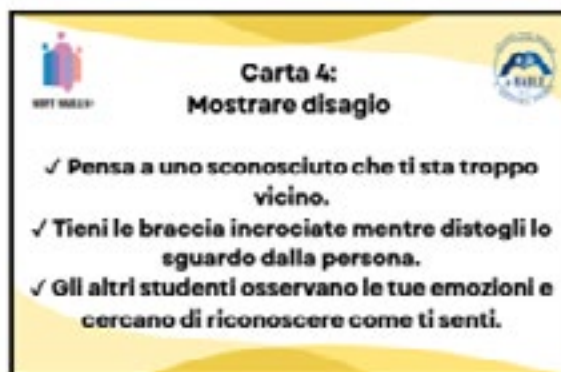
Carta 2:
In attesa in fila

- ✓ Fai finta di essere in coda.
- ✓ Rispettare lo spazio personale.
- ✓ Cerca di guardare avanti e di mantenere la calma.



Carta 3:
Conversazione di gruppo

- ✓ Partecipa a una discussione in un piccolo gruppo.
- ✓ Dimostra le tue capacità di ascolto mantenendo il contatto visivo e reagendo positivamente sia con il viso che con la testa.
- ✓ Usa un linguaggio del corpo aperto.



Carta 4:
Mostrare disagio

- ✓ Pensa a uno sconosciuto che ti sta troppo vicino.
- ✓ Tieni le braccia incrociate mentre distogli lo sguardo dalla persona.
- ✓ Gli altri studenti osservano le tue emozioni e cercano di riconoscere come ti senti.

Nome:	Data:
SCHEDA DI RIFLESSIONE	
	
Attività 3 - Comunicare senza parole	
1 Osservando gli altri... Quale delle seguenti osservazioni ha catturato maggiormente la tua attenzione? ☐ Contatto visivo ☐ Sorriso ☐ Gestì delle mani ☐ Postura del corpo	
2 Pensa al gioco di ruolo di un gruppo. Il linguaggio del corpo ha dato una chiara prima impressione prima di iniziare a parlare? _____ _____	
3 Riflettendo sulla mia comunicazione... I miei movimenti corporei effettivi durante il gioco di ruolo erano: ☐ Sicuro ☐ Nervoso ☐ Rilassato ☐ Insicuro	
4 In base al tuo comportamento fisico, è probabile che le persone si siano fatte un'opinione su di te. Cosa ne pensi? _____ _____	
5 Andando avanti... devo sviluppare queste specifiche capacità del linguaggio del corpo: ☐ Sorridere più spesso ☐ Mantenere il contatto visivo ☐ Usare gesti aperti ☐ Ascoltare con il corpo	
 Co-funded by the European Union  Erasmus+ 	

Abilità sociali – Lezione 3



Adattarsi a diverse situazioni sociali – Comunicare con sicurezza in ogni circostanza

L'obiettivo dell'attività è aiutare gli studenti ad adattare il loro stile di comunicazione a seconda del contesto, che si tratti del lavoro, della scuola, di una riunione di famiglia o di un evento sociale.

Risultati di apprendimento attesi:

- Riconoscere quando utilizzare una comunicazione formale o informale.
- Adattare il proprio comportamento e linguaggio in base ai diversi contesti sociali.
- Mostrare rispetto e cortesia nelle varie interazioni.

Materiali:

- Foglio 7 Carte situazione.
- Foglio 8: Carte scenario per Giochi di Ruolo
- Foglio 9: Scheda di riflessione Lezione 3.
- Video clip (che mostrano conversazioni formali e informali).

Durata:

45 minuti

Attività:

Introduzione e riscaldamento: Riconoscere diversi contesti sociali (10 minuti)

- Gli studenti esploreranno una serie di scenari che dimostrano diversi metodi di comunicazione utilizzando le schede con le situazioni (Foglio 7).
- Ogni studente dovrà selezionare una scheda individualmente. Ogni scheda presenta una situazione diversa, come il posto di lavoro, la scuola, la famiglia o un contesto sociale. Ad esempio:
 - Gli studenti devono presentarsi a un superiore in un contesto lavorativo professionale.
 - Una conversazione si svolge tra due amici che chiacchierano in un bar.
 - Un'altra attività prevede l'avvio di una conversazione durante un incontro sociale.
- Gli studenti presenteranno quindi lo scenario scelto e spiegheranno il loro approccio comunicativo per quella specifica situazione.
- Discussione di gruppo:
 - Diversi fattori influenzano il grado di formalità di un contesto rispetto ad altri.
 - Il linguaggio del corpo, il tono e la scelta delle parole variano a seconda della situazione.
 - Hai mai usato uno stile di comunicazione inappropriato in un determinato contesto? Cosa è successo?

Attività 1: Osservare la comunicazione formale e informale (20 minuti)

- Questa attività incoraggia gli studenti a esaminare esempi di vita reale tratti dal loro ambiente circostante.
- Guardate dei brevi video:
 - Gli studenti guarderanno due clip, una che mostra una conversazione professionale, l'altra una discussione informale e quotidiana.
- Esempi di scenari includono:
 - un colloquio di lavoro e due colleghi che chiacchierano durante la pausa pranzo; uno studente che parla

con un insegnante e uno studente che parla con un compagno di classe.

- Discussione di gruppo:
 - Gli studenti dovranno identificare le differenze principali tra il modo formale e quello informale di parlare. Il tono professionale spesso dipende dalla scelta del vocabolario e delle espressioni. Situazioni diverse influenzano il modo in cui le persone esprimono il tono, le espressioni facciali e il linguaggio del corpo.
- Sfida interattiva:
 - Gli studenti devono valutare il livello di formalità in brevi conversazioni audio.

Attività 2: Gioco di ruolo e foglio di lavoro “guida” (10 minuti)

- Gli studenti dimostreranno ora la loro comprensione attraverso attività di gioco di ruolo.
- Esercizio di gioco di ruolo in coppia:
 - Fornire agli studenti le schede con gli scenari dei giochi di ruolo (vedere il foglio 8).
 - Ogni studente formerà una coppia con un compagno di classe per elaborare gli scenari e discutere su come iniziare una conversazione, ad esempio “Chiedere un permesso al proprio capo” rispetto a “Chiedere a un amico di uscire”.
 - Gli studenti reciteranno la versione formale dello scenario, seguita dalla versione informale della stessa conversazione. Guidateli nell'adattare il linguaggio, il tono e il linguaggio del corpo a ciascun contesto.

- Completamento del foglio di lavoro:

Gli studenti devono completare il foglio di lavoro di riflessione (dispensa 9). Il foglio di lavoro include domande a cui gli studenti devono rispondere per creare la propria guida personale alla comunicazione. Ad esempio:

- Ho apportato diverse modifiche al mio stile di comunicazione tra il primo e il secondo role-play.
- Mi sono sentito più naturale in uno scenario rispetto all'altro.
- Voglio riflettere sulle difficoltà che ho incontrato nel passare da un modo di parlare professionale a uno informale.

Valutazione (5 minuti)

- L'insegnante presenta una serie di brevi scenari sociali e gli studenti devono adattare il loro stile di comunicazione a ciascun contesto.
- L'insegnante fornisce un feedback verbale immediato e suggerimenti durante tutta l'attività.
 - Se contattassi un amico intimo per discutere dei programmi per il fine settimana, quale tipo di linguaggio sarebbe più appropriato?
 - Se avete fallito un compito e dovete scusarvi con il vostro insegnante, come dovrete formulare il vostro messaggio?
 - Quando ordini da mangiare al ristorante, come dovrete rivolgerti al personale di sala?
- Questa attività richiede agli studenti di rispondere immediatamente, selezionando frasi e toni appropriati per ogni situazione.

- Riflessione di gruppo:

Gli studenti riflettono sugli scenari a cui è stato più difficile adattarsi:

- “Qualche scenario ti ha fatto sentire a disagio o in imbarazzo? Perché?”
- “Quali segnali ti aiutano a riconoscere il momento giusto per passare da uno stile di comunicazione informale a uno formale?”



Suggerimenti per gli educatori

1

incoraggiare gli studenti a studiare come le persone adattano il loro stile di comunicazione quando interagiscono in situazioni di vita reale.

2

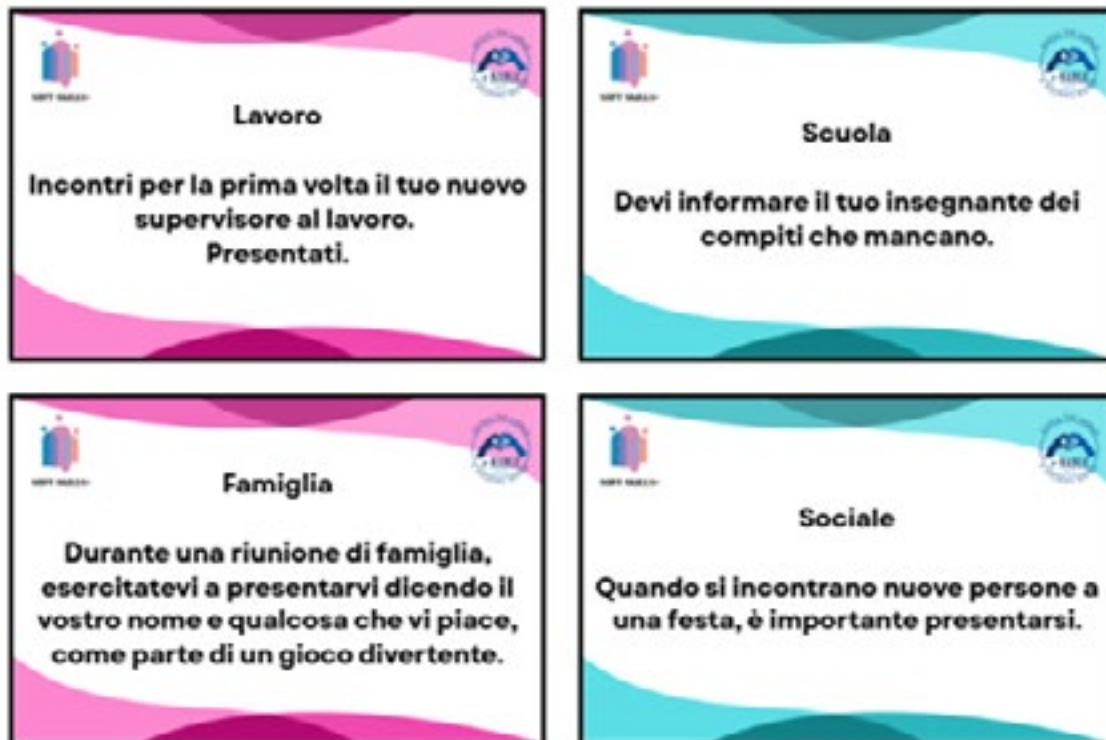
la comunicazione formale non richiede un comportamento rigido o innaturale, ma dovrebbe invece riflettere rispetto e una condotta professionale appropriata.

3

: La lezione diventa più coinvolgente quando i contenuti video interattivi sono combinati con scenari di role-play della vita reale e attività dal ritmo serrato.

Foglio 7 Carte situazione:

Schede di suggerimento della situazione (Attività 1)



Co-funded by the European Union

Erasmus+



Foglio 8 Carte scenario per Giochi di Ruolo:

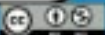
Schede scenario per il gioco di ruolo (Attività 3)



Co-funded by the European Union

Erasmus+



Nome:	Data:
SCHEDA DI RIFLESSIONE	
	
Attività 3 - Comunicare in modi diversi 1 Come è cambiato il tuo linguaggio del corpo durante la comunicazione formale e informale? _____ _____ 2 Quale tipo di comunicazione preferisci? ☐ Formale ☐ Informale 3 Individua quali aspetti delle tue azioni sono stati più difficili nelle due situazioni. _____ _____ 4 Guida allo stile di comunicazione... Per le interazioni formali (ad esempio, a scuola e al lavoro), elenca tre frasi di uso comune e poi tre frasi informali. _____ _____ _____ 5 Indica due cose che prenderai in considerazione quando sceglierai il tono e lo stile del tuo discorso futuro ☐ A chi mi rivolgo. ☐ Il luogo in cui avviene la conversazione. ☐ Quanto mi sento vicino a quella persona. ☐ Il mio obiettivo nella conversazione. ☐ Altro: _____	
Co-funded by the European Union Erasmus+ 	

Abilità sociali - Lezione 4



Gestire i conflitti in modo positivo

- Trasformare i disaccordi in soluzioni

L'obiettivo dell'attività è insegnare agli studenti come gestire i conflitti attraverso diversi approcci quando si affrontano i disaccordi in modo rispettoso.

Risultati di apprendimento attesi:

- Identificare diversi stili di risoluzione dei conflitti.
- Migliorare sia i metodi di ascolto che le capacità di comunicazione per gestire i conflitti in modo efficace.
- Utilizzare strategie per trovare soluzioni pacifiche che siano eque per tutti.

Materiali:

- Foglio 10: Fasi del conflitto.
- Foglio 11: Carte soluzione per Giochi di Ruolo sui conflitti.
- Foglio 12: Scheda di riflessione - 'Soluzioni vantaggiose per tutti' - Lezione 4.

Durata:

45 minuti

Attività:

Introduzione e riscaldamento: Comprendere le fasi del conflitto (10 minuti)

- I conflitti spesso si sviluppano gradualmente perché permettiamo alle nostre emozioni riguardo a una situazione di accumularsi nel tempo. Gli studenti esamineranno il Foglio 10, che delinea le "Fasi del conflitto", e parteciperanno alle discussioni in classe.
- I piccoli disaccordi spesso diventano più intensi sia prima che dopo il punto di escalation. Chiedete agli studenti se un disaccordo iniziato su piccola scala si è mai trasformato in qualcosa di più grave di quanto si aspettassero inizialmente.
- Discussione di gruppo:

Per approfondire l'argomento, chiedete agli studenti di considerare un esempio comune di conflitto in relazione alle fasi del conflitto:

- Come esempio comune di conflitto viene utilizzata una tipica situazione lavorativa, in cui gli studenti assumono i ruoli di due amici in disaccordo o di colleghi coinvolti in una discussione.
- Ogni partecipante analizza il livello di conflitto ed esplora le possibili soluzioni per contribuire a ridurlo prima che si intensifichi.

Attività 1: Simulazione di scenari di conflitto (20 minuti)

- Dividete gli studenti in gruppi e fornite loro le schede per il gioco di ruolo sulla risoluzione dei conflitti (foglio 11), che contengono scenari quali:
 - Un disaccordo con un collega.
 - Un conflitto quotidiano con un amico.
 - Un malinteso durante un evento sociale.

- I gruppi recitano lo scenario di conflitto due volte:
 - La prima volta lo scenario viene recitato senza utilizzare alcuna tecnica di risoluzione dei conflitti.
 - La seconda volta, gli studenti devono applicare strategie di risoluzione dei problemi e di ascolto attivo.
- Discussione di gruppo:
 - I partecipanti devono identificare i fattori che hanno portato alle differenze tra la versione 1 e la versione 2.
 - I membri del gruppo devono evidenziare quali metodi di risoluzione sono stati più efficaci.
 - In che modo la comunicazione calma e l'ascolto attivo hanno contribuito a risolvere la situazione?

Attività 2: Foglio di lavoro sulle soluzioni vantaggiose per tutti (10 minuti)

- Tutti i partecipanti utilizzano il foglio di lavoro “Soluzioni vantaggiose per tutti” (dispensa 12) per registrare la loro valutazione. Devono scrivere quanto segue:
 - La questione al centro del conflitto.
 - Cosa sostiene ciascuna delle parti.
 - In che modo l'accordo soddisfa le esigenze di tutti i partecipanti.

Valutazione (5 minuti)

- Chiedete ai partecipanti di riflettere su quanto segue:
 - Dopo la lezione di oggi, come potreste affrontare in modo diverso un disaccordo passato utilizzando strategie alternative?
 - Quale tecnica di risoluzione dei conflitti scegliereste di utilizzare in caso di future controversie?

Suggerimenti per gli educatori

1

Le discussioni sui conflitti dovrebbero avvenire quando gli studenti sono in grado di mantenere equilibrate le loro reazioni emotive.

2

La lezione dimostra che i conflitti sono esperienze normali che le persone dovrebbero essere in grado di risolvere con mezzi pacifici.

3

l'obiettivo principale dovrebbe essere quello di raggiungere accordi equi che vadano a vantaggio di tutte le parti, piuttosto che cercare di “vincere” attraverso la discussione.



Foglio 10: Fasi del conflitto.

Fasi del conflitto (Attività 1)



Una piccola differenza di opinione.



I sentimenti cominciano ad avere un impatto diretto sul modo in cui la questione si evolve.



Il conflitto diventa più grande quando le persone assumono un comportamento più aggressivo o entrano in modalità di protezione.



Il conflitto inizia a diventare ostile e violento.

Fasi del conflitto (Attività 1)



Il conflitto può giungere al termine oppure essere risolto attraverso la risoluzione dei conflitti.

Foglio 11: Carte soluzione per Giochi di Ruolo sui conflitti.

Carte da gioco di ruolo per la risoluzione dei conflitti (Attività 2)



Posto di lavoro

Al lavoro, tu e il tuo collega desiderate lo stesso turno di lavoro, ma solo una persona se lo assicurerà.



Scuola

A scuola scopri che un tuo compagno di classe ha rimosso per errore la tua sezione dal progetto di gruppo.



Amicizia

Ti senti ferito perché il tuo amico continua a ignorarti.



Famiglia

Tuo fratello ti ha preso i vestiti senza chiederti di nuovo il permesso.

Carte da gioco di ruolo per la risoluzione dei conflitti (Attività 2)



Evento sociale

Tu e i tuoi amici avete deciso di organizzare una festa a sorpresa, ma uno di loro ha segretamente cambiato la lista degli invitati.

Nome:	Data:
SCHEDA DI RIFLESSIONE	
	
Attività 3 - Trovare la soluzione win-win	
1 Il conflitto... Descrivi un conflitto (cosa è successo?) _____ _____	
2 Chi era coinvolto? _____ _____	
3 Punti di vista... Quali emozioni e idee ti hanno guidato durante questo incontro? _____ _____	
4 Le persone in questa situazione ritengono davvero che il partner abbia compreso il loro punto di vista? ☐ Sì ☐ No ➤ Perché o perché no? _____ _____	
Trovare la soluzione... Quale soluzione tra le due parti ha risolto il loro disaccordo?	
5 _____ _____	
6 Riflessione... Quali procedure di gestione dei conflitti sono state messe in pratica? ☐ Ascolto attivo ☐ Mantenere la calma ☐ Parlare a turno ☐ Offrire soluzioni ☐ Chiedere scusa ☐ Altro: _____	
 Co-finanziato da l'Unione Europea  Erasmus+ 	

Abilità sociali - Lezione 5

Esprimere opinioni con rispetto

- Parlare con sicurezza senza causare conflitti

L'obiettivo dell'attività è insegnare agli studenti metodi appropriati sia per esprimere le proprie idee che per dissentire in modo rispettoso, in modo da mantenere le relazioni sociali.

Risultati di apprendimento attesi:

- Gli studenti dovrebbero esprimere le proprie opinioni con chiarezza e sicurezza.
- Usare un linguaggio educato quando è necessario dissentire dagli altri.
- Comprendere i diversi punti di vista evitando che le controversie degenerino.

Materiali:

- Foglio 13 Esempi di 'linguaggio rispettoso vs. irrispettoso'.
- Foglio 14 Carte dibattito per Gioco di Ruolo.
- Foglio 15 Scheda di riflessione Lezione 5.

Durata:

45 minuti

Attività:

Introduzione e riscaldamento: Comprendere la comunicazione rispettosa e quella irrispettosa (10 minuti)

- L'educatore fornisce agli studenti due frasi di esempio che contengono un linguaggio rispettoso e uno offensivo, ad esempio:
 - Irrispettosa: "È un'idea stupida!"
 - Rispettosa: "Mi sembra sensato, ma ho un modo diverso di vedere la questione".
- Discussione di gruppo:
 - Discutere con gli studenti di come il tono di voce influisca sul modo in cui gli altri recepiscono un messaggio.
 - Chiedete agli studenti: qualcuno ha mai respinto le vostre opinioni apertamente? Come vi ha fatto sentire?

Attività 1: Dibattito con gioco di ruolo (20 minuti)

- Fornite agli studenti le schede per il gioco di ruolo del dibattito (foglio 14), che contengono una serie di argomenti. Lavorando in coppia o in piccoli gruppi, gli studenti devono utilizzare queste schede durante i dibattiti. Alcuni degli argomenti da discutere in modo rispettoso includono:
 - Gli studenti dovrebbero avere meno compiti a casa?
 - Le persone dovrebbero scegliere di vivere in grandi aree urbane o in comunità più piccole?
 - Le scuole dovrebbero iniziare a insegnare le competenze essenziali per la sopravvivenza?
- Ogni coppia si esercita due volte nell'esprimere le proprie opinioni utilizzando un formato di dibattito strutturato. Tutti devono ascoltare senza interrompere. Le coppie cercheranno punti di accordo, anche se non sono d'accordo.

- Discussione di gruppo:
 - Come vi siete sentiti mentre esprimevate le vostre opinioni?
 - L'uso di metodi rispettosi ha cambiato l'esperienza del dibattito?
 - La discussione è rimasta calma grazie alle tecniche specifiche utilizzate? Quali sono state efficaci?

Attività 2: Foglio di lavoro di riflessione (10 minuti)

- Utilizzando il foglio di riflessione (dispensa 15), gli studenti dovrebbero rispondere alle seguenti domande sulla loro prospettiva durante le attività precedenti:
 - Ho bisogno di un modo più chiaro per condividere i miei pensieri in modo che gli altri possano capirmi?
 - Ho bisogno di parlare in modo da non ferire i sentimenti degli altri?
 - Ho bisogno di imparare a dissentire dagli altri in modo gentile e rispettoso?

Valutazione (5 minuti)

- Gli studenti devono completare una riflessione personale.
- Devono scrivere di una situazione in cui non erano d'accordo con un'altra persona, quindi rispondere alle seguenti domande:
 - La conversazione è stata amichevole o le persone hanno iniziato a litigare?
 - Qual è il modo migliore per rispondere ora, sulla base di ciò che ho imparato oggi?

Discussione in coppia

Ogni studente seleziona un messaggio chiave dalle attività da condividere con il proprio compagno. L'educatore chiede quindi:

- La prossima volta che avrai un disaccordo, userai parole gentili?
- Cosa farai per mantenere un tono di voce calmo e rispettoso?

- Sfida nel mondo reale - gli studenti fissano un obiettivo:

Gli studenti dovrebbero fissare un obiettivo per completare la lezione. Dovrebbero applicare ciò che hanno imparato e riflettere sui risultati prima della sessione successiva.

- Ho intenzione di mantenere un linguaggio rispettoso durante le discussioni su _____.

Suggerimenti per gli educatori

1

Ribadite il messaggio che l'opinione di tutti è importante.

2

gli studenti dovrebbero prestare la stessa attenzione all'ascolto che parlano.

3

Aiutare gli studenti a comprendere che esprimere punti di vista diversi attraverso il disaccordo non equivale a litigare, ma che l'obiettivo è comprendere più prospettive.



Foglio 13 Esempi di 'linguaggio rispettoso vs. irrispettoso':

Schede sul linguaggio rispettoso vs. irrispettoso (Attività 1)

Frase irrispettosa

- "È un'opinione stupida."
- Non hai alcun fondamento per la tua affermazione.
- La mia opinione è diversa dalla tua, ma capisco il tuo punto di vista.
- "Comunque, stai solo esagerando."

Frase rispettosa

- Ho un'opinione diversa su questo argomento e le mie ragioni ne spiegano il motivo.
- Le nostre opinioni su questo argomento non coincidono, quindi dobbiamo discuterne ulteriormente.
- Il mio modo di vedere questa situazione è diverso.
- Questo argomento ti sta molto a cuore, quindi dobbiamo scoprire come risolverlo.

Foglio 14 - Schede per il gioco di ruolo del dibattito:

Schede per il gioco di ruolo del dibattito (Attività 2)



SOFT SKILLS:
Esprimi i tuoi pensieri con sicurezza, ma ascolta attentamente gli altri e gestisci i disaccordi con cortesia.

Esempi di argomenti:

Le scuole dovrebbero consentire agli studenti di usare i loro telefoni durante le lezioni?

- Cosa offre maggiori opportunità: vivere in una piccola città o in una grande città?
- Le scuole dovrebbero insegnare competenze pratiche oltre alle materie accademiche tradizionali?
- I videogiochi migliorano o indeboliscono le capacità di interazione sociale?

Nome:	Data:
SCHEDA DI RIFLESSIONE 	
Attività 3 - Il modo rispettoso 1 Quanto sei sicuro di te quando condividi le tue opinioni con altre persone? ☐ Sicuro ☐ Non sicuro 2 Durante lo svolgimento dell'attività, quale approccio ti ha aiutato a rimanere pacifico ed educato? _____ _____ 3 Durante la conversazione... Quali erano le tue emozioni quando gli altri ti hanno avvicinato per primi? _____ _____ 4 Quando hai parlato delle tue idee, gli altri hanno accettato ciò che avevi da dire? Perché o perché no? _____ _____ 5 Consapevolezza linguistica... Elenca una frase che dimostra mancanza di rispetto e un'alternativa cortese per proteggere i sentimenti di qualcuno. _____ _____ 6 Andando avanti... Descrivi i tuoi pensieri su quanto segue: ☐ "Interessante! Ecco come la penso..." ☐ Sono pronto a discutere di questa situazione in un modo nuovo. ☐ Stabilisci un obiettivo personale per parlare in modo rispettoso dell'argomento specificato.	
Co-funded by the European Union Erasmus+ 	

Abilità sociali – Lezione 6



Costruire la fiducia in se stessi nelle situazioni sociali - Superare la paura e parlare apertamente

L'obiettivo dell'attività è aiutare gli studenti a sviluppare la fiducia in se stessi nelle situazioni sociali attraverso la pratica della comunicazione, del linguaggio del corpo e delle capacità di espressione personale.

Risultati di apprendimento attesi:

- Gli studenti saranno in grado di riconoscere i fattori di stress nelle situazioni sociali e identificare le cause del loro nervosismo.
- Esercitarsi con tecniche per rafforzare la fiducia in se stessi.
- Gli studenti si sentiranno più a loro agio nel parlare durante le sessioni di gruppo.

Materiali:

- Foglio 16: Checklist 'Fiducia in se stessi'.
- Foglio 17: Carte sfida 'Esprimersi'.
- Foglio 18: Scheda di riflessione Lezione 6.

Durata:

45 minuti

Attività:

Introduzione e riscaldamento: Lista di controllo della fiducia in se stessi (10 minuti)

- Gli studenti utilizzano la lista di controllo della fiducia in se stessi (foglio informativo 16) per valutare il loro livello di fiducia in se stessi in varie situazioni. Alcuni degli argomenti principali includono:
 - Le nuove interazioni con le persone non mi mettono a disagio.
 - Evito attivamente le occasioni di parlare quando sono presenti molte persone.
 - Il mio nervosismo aumenta ogni volta che voglio condividere i miei pensieri in pubblico.
- La discussione esplora i fattori specifici che causano timidezza o fiducia nelle persone.

Attività 1: Sfida "Esprimersi" (20 minuti)

- Fornisci agli studenti le schede della sfida "esprimersi" (dispensa 17). La scheda della sfida include suggerimenti di conversazione a cui gli studenti rispondono scrivendo in modo casuale ogni volta.
 - Presentate gli hobby che vi rendono felici.
 - Descrivi la tua giornata ideale.
 - Chi è la persona più ammirata che vorresti incontrare?
- Ogni studente ha poi 30 secondi per parlare in base allo spunto fornito. Ricordate di usare una voce forte, mantenere il contatto visivo e mostrare un linguaggio del corpo positivo!

Attività 2: Riflessione e definizione degli obiettivi (10 minuti)

- Gli studenti scrivono come gestirebbero la seguente situazione:
 - Una situazione in cui vorrei mostrare più sicurezza.

- Per migliorare la mia sicurezza, apporterò un piccolo cambiamento.

Valutazione (5 minuti)

- Riflessione personale

Gli studenti dovrebbero dedicare del tempo a riflettere e rispondere alle seguenti domande:

- Mi sento nervoso quando devo parlare in determinate situazioni.
- Cosa ho imparato oggi che può aiutarmi a sentirmi più sicuro quando parlo?
- Gli studenti scrivono le loro risposte nel piano di crescita della sicurezza (foglio 18). In questa sezione del foglio di lavoro stabiliscono i loro obiettivi personali.
- Condivisione in coppia o in piccoli gruppi:

Gli studenti parlano in coppia o in piccoli gruppi. Condividono ciò che hanno imparato e come si sono sentiti. L'insegnante chiede:

- Come avete parlato oggi? Eravate calmi e chiari?
- Le chiacchiere aiutano a sentirsi più a proprio agio quando si parla in gruppi più grandi?

- Sfida di fiducia:

Ogni volta, gli studenti fissano un obiettivo che li aiuti a sentirsi più sicuri quando parlano la settimana successiva. Ad esempio:

- Farò una domanda in classe.
- Parlerò con qualcuno di nuovo a pranzo.
- Condividerò come è andata alla prossima riunione.

Suggerimenti per gli educatori

1

Eliminate i giudizi creando uno spazio sicuro in cui gli studenti si sentano liberi di esprimersi.

2

per costruire la fiducia è necessario un rinforzo positivo. I compagni dovrebbero sostenersi a vicenda esercitandosi insieme e promuovendo una comunità di studenti motivati.

3

Aiutate gli studenti a stabilire e perseguire piccoli obiettivi per migliorare la loro sicurezza nella comunicazione



Dispensa 16 - Check list fiducia in se stessi:

Come mi sento nelle situazioni sociali (Attività 1)

Checklist 'fiducia in sè'

Valuta quanto sei d'accordo con ciascuna affermazione:
(1 = Fortemente in disaccordo, 5 = Fortemente d'accordo)

- | | |
|---|--|
| ☐ Presentarmi a nuove persone mi dà un senso di sicurezza in me stesso. | ☐ Mi isolo dalle discussioni di gruppo e resto in silenzio quando ho bisogno di condividere idee. |
| ☐ Parlo con facilità e senza stress quando mi trovo di fronte a un pubblico. | ☐ Ho la sensazione che gli altri valutino i miei pensieri quando discutiamo di qualcosa. |
| ☐ Mostro sicurezza nel linguaggio del corpo durante le conversazioni. | ☐ Il mio stato emotivo rimane stabile quando non parlo in modo formale. |
| ☐ Condivido volentieri i miei pensieri con gli altri. | ☐ Mi sento nervoso quando devo stabilire un contatto visivo mentre parlo. |



Financed by the European Union

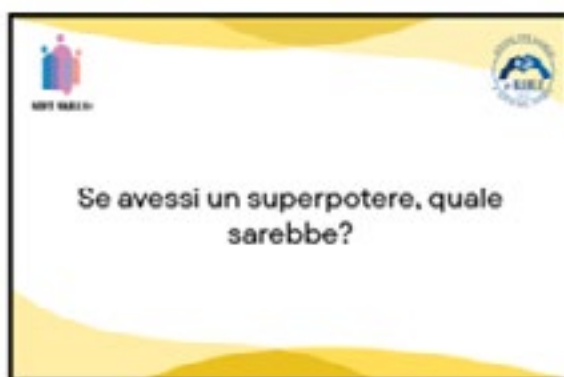
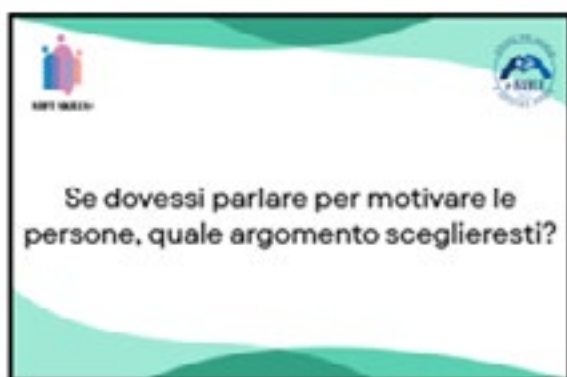
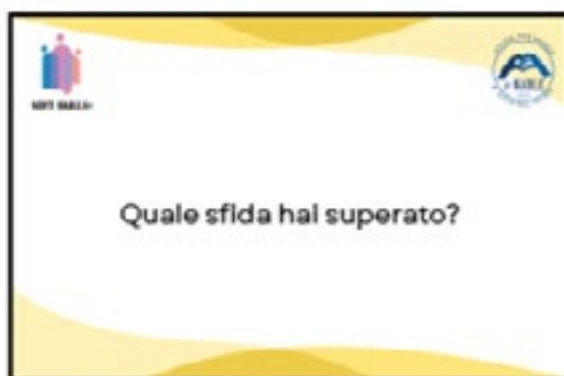
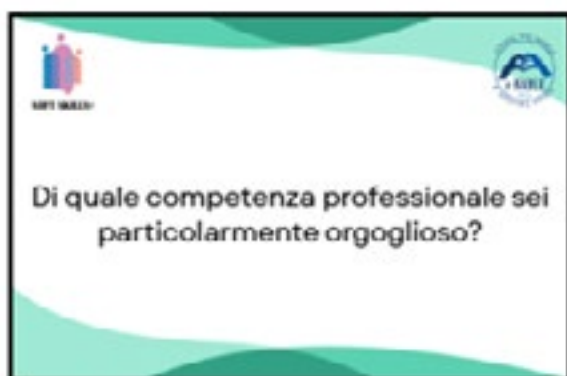


Erasmus+

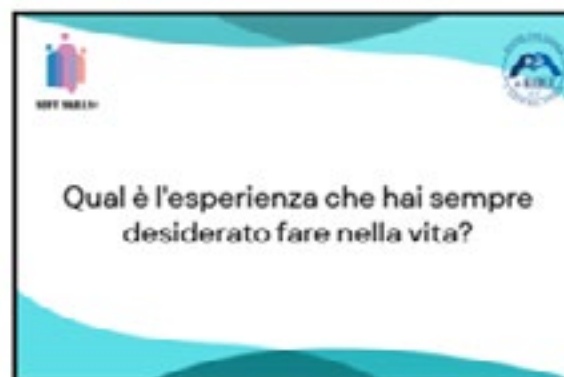
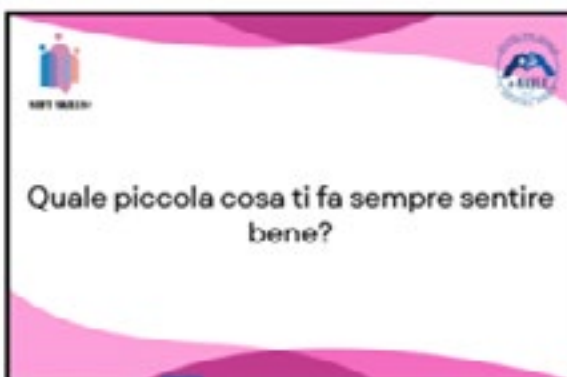
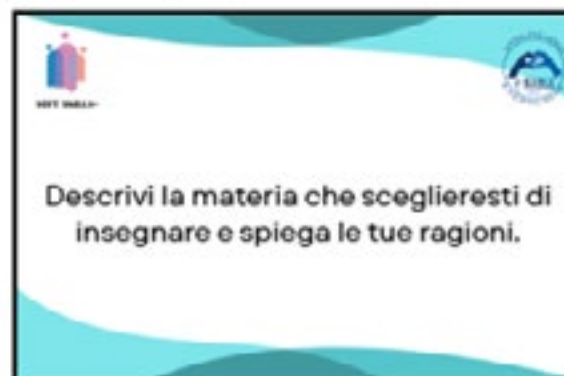
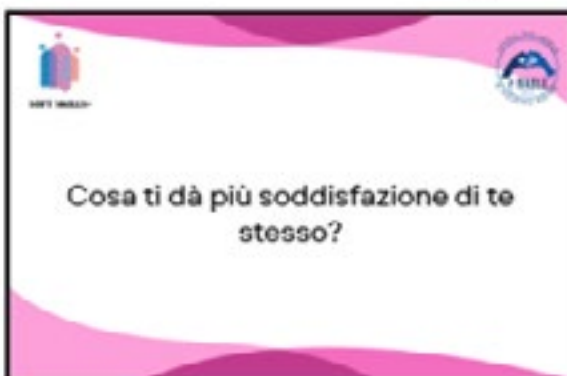


Foglio 17 - Schede sfida "Speaking Up":

Prompt coinvolgenti (Attività 2)



Prompt coinvolgenti (Attività 2)



Nome:

Date:

SCHEDA DI RIFLESSIONE



Attività 3 - Il mio piano di crescita della fiducia

- 1** Il mio attuale livello di fiducia... Valuta la tua sicurezza in te stesso utilizzando le affermazioni seguenti e spunta la risposta che meglio corrisponde ai tuoi sentimenti:
- ☐ L'atto di incontrare nuove persone non mi crea ansia.
 - ☐ Quando si riuniscono molte persone, scelgo di non partecipare.
 - ☐ L'attesa della presentazione mi rende ansioso.
 - ☐ Mantengo la sicurezza quando interagisco con i miei amici più stretti.
 - ☐ La paura del giudizio degli altri mi distrae mentre parlo.

- 2** L'esperienza di oggi... Descrivi le tue emozioni subito prima di iniziare il tuo discorso pubblico di 30 secondi.

- 3** I movimenti del tuo corpo hanno supportato o indebolito il tuo messaggio durante la presentazione?

4

Il mio piano di crescita della fiducia

L'area in cui voglio migliorare la mia sicurezza è _____.

- La mia azione quotidiana questa settimana per aumentare la sicurezza in me stesso sarà _____.

- Ripeterò questa affermazione per tenermi su il morale:

Risorse aggiuntive

1. Jacob, U. S., Edozie, I. S., & Pillay, J. (2022). Strategie per migliorare le abilità sociali delle persone con disabilità intellettiva: una revisione sistematica. *Frontiers in Rehabilitation Sciences*, 3, 968314. <https://doi.org/10.3389/fresc.2022.968314>
2. Georgoula, E., & Koustriava, E. (2024). Miglioramento delle abilità socio-comunicative e comportamentali negli adolescenti con disabilità intellettiva attraverso l'allenamento cognitivo computerizzato. *International Journal of Instruction*, 17(4), 421–440. https://www.e-iji.net/dosyalar/iji_2024_4_24.pdf
3. Kumazaki, H., Muramatsu, T., Yoshikawa, Y., Matsumoto, Y., & Kikuchi, M. (2023). Formazione sulle abilità sociali utilizzando più robot umanoidi per individui con disturbi dello spettro autistico. *Frontiers in Psychiatry*, 14, 1168837. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2023.1168837>
4. Indirani, V. (2024). Analisi delle capacità comunicative e sociali nelle persone con disabilità intellettive. *International Journal of Novel Research and Development*, 9(2), 130–134. <https://www.ijnrd.org/papers/IJNRD2402018.pdf>
5. Birri, M., et al. (2022). *Migliori pratiche nello sviluppo della forza lavoro per adulti con disabilità*. Unified Work. <https://unifiedwork.com/wp-content/uploads/2024/10/MDI-Literature-Review.pdf>
6. Patti, A., Vona, F., Barberio, A., Buttiglione, M. D., Crusco, I., Mores, M., & Garzotto, F. (2024). Formazione delle capacità di attenzione in individui con disturbi dello sviluppo neurologico utilizzando la realtà virtuale e la tecnologia di tracciamento oculare. *Preprint arXiv*, arXiv:2404.15960. <https://arxiv.org/abs/2404.15960>
7. Chen, W.-C., Berrezueta-Guzman, S., & Wagner, S. (2024). Gioco VR basato su ruoli e compiti per supportare le terapie per la disabilità intellettiva. *Preprint arXiv*, arXiv:2412.11603. <https://arxiv.org/abs/2412.11603>
8. Kourtesis, P., et al. (2023). Formazione in realtà virtuale sulle abilità sociali nei disturbi dello spettro autistico: un esame dell'accettabilità, dell'usabilità, dell'esperienza utente, delle abilità sociali e delle funzioni esecutive. *Preprint arXiv*, arXiv:2304.07498. <https://arxiv.org/abs/2304.07498>
9. Leichert, J., et al. (2025). Tutor virtuali in laboratori protetti: uno studio di fattibilità sulla formazione dell'attenzione per persone con disabilità intellettive. *Preprint arXiv*, arXiv:2504.06031. <https://arxiv.org/abs/2504.06031>



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