



Co-funded by
the European Union



Strumenti per la formazione PR3

Conta sul gruppo!

SESKAT. Sviluppo delle competenze sociali ed emotive nella formazione degli adulti

2021-1-DE02-KA220-ADU-000035095



Co-funded by
the European Union



1) NOME E DESCRIZIONE DELLO STRUMENTO

Conta sul gruppo! è un'attività divertente che lavora sottilmente sulle capacità di gestione della frustrazione, soprattutto all'interno di un gruppo. Può anche servire come grande energizzatore e come strumento per aumentare l'attenzione all'interno del gruppo.

2) OBIETTIVI DELLO STRUMENTO

- Promuovere le capacità di gestione della frustrazione;
- Migliorare la capacità del gruppo di ascoltarsi reciprocamente e di risolvere i problemi di comunicazione;
- Dare energia al gruppo.

3) COLLEGAMENTO DELLO STRUMENTO CON L'INTELLIGENZA EMOTIVA/LE SOFT SKILL

“Conta sul gruppo!” crea piccole situazioni di frustrazione che il gruppo può risolvere attraverso la cooperazione. Può essere una risorsa interessante per il lavoro, utilizzando una situazione controllata per affrontare sentimenti di frustrazione che di solito non sono così facilmente gestibili.

4) RISORSE E MATERIALI

SESKAT. Sviluppo delle competenze sociali ed emotive nella formazione degli adulti

2021-1-DE02-KA220-ADU-000035095



Co-funded by
the European Union



Non sono necessari materiali.

5) IMPLEMENTAZIONE DELLO STRUMENTO

Le persone sono disposte in cerchio. Per un coinvolgimento efficace, l'attività dovrebbe avere almeno 10-15 partecipanti. Più persone partecipano, più l'attività diventa divertente, stimolante e coinvolgente. L'obiettivo del gruppo è quello di contare ad alta voce fino a raggiungere il numero di partecipanti del gruppo; ad esempio, se i partecipanti sono 20, l'obiettivo del gruppo è quello di contare fino a 20.

Ogni partecipante può dire un solo numero per turno, non può parlare sopra gli altri, non può usare una strategia o un ordine predefinito e non può usare segnali con le mani o gesti del corpo per chiamare il proprio turno o un numero specifico. Ogni volta che infrangono una regola, devono ricominciare a contare dall'inizio.

Di solito il gruppo sottovaluta il compito e i tentativi iniziali spesso falliscono nei primi numeri. In questo caso, le persone iniziano ad avere a che fare con la frustrazione. Il formatore può quindi dedicare un po' di tempo al gruppo per discutere su come risolvere il problema.

- Fase 1: date le istruzioni al gruppo (5 minuti)
- Fase 2: iniziate l'attività; quando la frustrazione aumenta date 5 minuti di tempo per trovare una soluzione.
- Fase 3, ripetete ancora una volta fino a quando il gruppo non raggiunge l'obiettivo.
- Fase 4: eseguite una breve riflessione utilizzando queste domande: Come vi siete sentiti durante l'attività? Come ha gestito il gruppo la frustrazione di fronte alle sfide? Quali strategie sono state efficaci per trovare una soluzione comune? Come vi sentite dopo aver affrontato l'intero processo?

6) RISULTATI DI APPRENDIMENTO ATTESI

SESKAT. Sviluppo delle competenze sociali ed emotive nella formazione degli adulti

2021-1-DE02-KA220-ADU-000035095



Co-funded by
the European Union



SESKAT

Il gruppo deve avere l'opportunità di riflettere sul modo in cui sta gestendo la frustrazione e considerare potenziali soluzioni per affrontare i problemi comuni con strategie condivise.