

2021-1-BG01-KA220-ADU-000033670



**Empowerment delle donne poco qualificate
attraverso competenza
globale e mentorship**

Project Risultato 2

Workshops Sperimentali

Manuale
Versione iniziale



Contenuti

Una breve introduzione al Progetto UPCOMING WOMEN	3
Descrizione delle officine sperimentali	4
Progettazione di Experimental Workshops	5
Workshops Sperimentali: Creatività	6
Workshops Sperimentali: Risoluzione dei problemi	13
Workshops Sperimentali: Pensiero critico	19
Workshops Sperimentali: Adattabilità & Flessibilità	26
Workshops Sperimentali: Abilità imprenditoriali	34
Workshops Sperimentali: Competenze Digitali	43
Risorse supplementari dei Workshops sperimentali	50



Una breve introduzione al Progetto UPCOMING WOMEN

Il progetto UPCOMING WOMEN è iniziato nel novembre 2021 e terminerà a novembre 2023. Il progetto mira a emancipare e formare donne poco qualificate e in situazioni di vulnerabilità per sviluppare una maggiore global competence e quindi per aumentare la loro inclusione sociale e lavorativa. Inoltre, il Progetto mira a riqualificare i professionisti dotandoli di strumenti "globally competent", basati sul genere, e metodologie di mentoring per migliorare il loro lavoro con le donne poco qualificate e in situazioni di vulnerabilità e supportarle meglio. Inoltre, il progetto si concentra sulla sensibilizzazione sulle disuguaglianze di genere e sull'avanzamento dell'uguaglianza di genere.

Il consorzio





Descrizione

UPCOMING WOMEN Workshop sperimentali è il secondo risultato del progetto UPCOMING WOMEN.

- Mira a dotare i professionisti professionali che lavorano con donne poco qualificate e in situazioni di vulnerabilità di una raccolta di laboratori sperimentali basati sulle competenze globali, per responsabilizzare e migliorare le competenze di queste donne attraverso lo sviluppo delle competenze tecniche
- Risponderà alle esigenze specifiche di questi gruppi per responsabilizzarli e migliorare le loro competenze per affrontare le loro sfide quotidiane, per migliorare la loro occupabilità e promuovere la loro inclusione sociale.
- Workshops sono tenuti a promuovere un sistema di apprendimento cooperativo e dinamico tra i professionisti al fine di adattare continuamente i propri metodi e tecniche alle esigenze delle leggi sulle donne uccise e in situazione di vulnerabilità.

I corsi dei Workshops Sperimentali sono strutturati attorno a 6 competenze trasversali, elencate di seguito.

Competenza trasversale	Partner
1. Creatività La capacità di sviluppare le tue idee con il know-how strategico e tattico che le dà vita	SSF
2. Risoluzione dei problemi Consiste in un insieme di abilità che ti aiutano a identificare il problema, proporre soluzioni, scegliere la migliore e implementarla.	IGEA
3. Pensiero critico Un approccio sistematico per scoprire tutte le questioni relative a una particolare sfida che porterà alla sua soluzione	RCF
4. Adattabilità & Flessibilità La capacità di cambiare (o essere cambiati) per adattarsi a circostanze mutate. Capacità di piegarsi, solitamente senza rompersi	Mindshift
5. Abilità imprenditoriali Costruire buone relazioni con il tuo team, clienti, fornitori, azionisti, investitori e altre parti interessate.	CEIPES
6. Competenze Digitali Le competenze necessarie per "utilizzare dispositivi digitali, applicazioni di comunicazione e reti per accedere e gestire le informazioni", dalla ricerca online di base e l'invio di e-mail alla programmazione e allo sviluppo specialistici.	EILD



DESIGN

I workshop sono progettati per essere accessibili a professionisti che si occupano di donne poco qualificate o donne in situazione di vulnerabilità

Non ci sono sequenze logiche nell'ordine dei workshop. Gli utenti possono scegliere in base al proprio interesse professionale.

I workshop sono progettati con il seguente schema:

- 1.** Una panoramica.
- 2.** Descrizione dello scopo.
- 3.** Chi deve venire a questo seminario?
- 4.** Elenca i risultati tangibili.
- 5.** Localizzazione e caratteristiche degli spazi.
- 6.** Schema del workshop
- 7.** Dettagliare le attività in ogni sezione..

Ogni workshop copre attività da 60 a 90 minuti.



2021-1-BG01-KA220-ADU-000033670



Progetto UPCOMING WOMEN

**Empowerment delle donne poco qualificate
attraverso competenza globale e mentorship**

Workshops Sperimentali

Creatività



Redatto da SSF - Ottobre 2022

Il supporto della Commissione europea per la produzione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti che riflettono solo le opinioni degli autori e la Commissione non può essere ritenuta responsabile per qualsiasi uso che possa essere fatto delle informazioni in essa contenute.



Workshop "Alter egos"

1	Panoramica	<p>Titolo: Alter ego</p> <p>Quadro: questo workshop è progettato per essere implementato da professionisti che lavorano con donne poco qualificate al fine di migliorare i loro livelli di occupabilità, inclusione sociale ed empowerment. Il workshop fa parte del progetto Upcoming Women. È complementare ad altri workshop nell'ambito dello stesso progetto, finalizzati a sviluppare competenze concrete come, in questo caso, la creatività.</p> <p>Durata: 70 minuti</p> <p>Obiettivi principali: sviluppare il pensiero creativo e la creatività in generale al fine di aiutare i professionisti e le donne poco qualificate ad affrontare le sfide quotidiane, migliorare l'occupabilità e promuovere l'inclusione sociale.</p> <p>Risultati: acquisire una migliore comprensione della creatività ed esplorare il pensiero creativo in diverse situazioni.</p>
2	Descrizione dello scopo	<p>Con questo workshop, donne poco qualificate e professionisti svilupperanno la loro creatività immaginando di essere qualcun altro. I partecipanti possono utilizzare questo workshop per identificare determinati aspetti che facilitino la loro occupabilità o che migliorino i lati positivi della loro personalità per far fronte a situazioni diverse. I risultati di questo workshop dipendono dall'approccio utilizzato dal professionista, il quale potrebbe voler concentrarsi maggiormente sull'occupazione o magari sull'identificazione dei punti di forza e di debolezza.</p>
3	A chi è diretto?	<p>Donne poco qualificate in situazioni di vulnerabilità; professionisti.</p> <p>Questo workshop è rivolto a professionisti e donne poco qualificate in quanto può essere facilmente adattato a entrambi i gruppi.</p> <p>Il numero di partecipanti può variare tra 6-8.</p>
4	Elenco dei risultati tangibili	<p>Conoscenza</p> <ol style="list-style-type: none">1. Descrivere cos'è la creatività <p>Competenze</p> <ol style="list-style-type: none">2. Applicare tecniche che permettano di pensare in modo creativo3. Esplorare diverse alternative che consentono di pensare fuori dagli schemi <p>Attitudine</p> <ol style="list-style-type: none">4. Assicursi di avere una mentalità aperta a nuove idee5. Proporre idee e soluzioni creative a una determinata situazione o problema
5	Caratteristiche di luogo e spazio	<p>Questo workshop andrebbe svolto preferibilmente di presenza, ma può anche essere svolto online. Il luogo in cui è organizzato necessita solo di sedie e tavoli in cui sedersi e scrivere. La stanza dovrebbe essere abbastanza spaziosa per formare un cerchio con le sedie per la discussione e la presentazione di ogni soluzione.</p>
6	Struttura	<p>Questo workshop è progettato per essere molto interattivo e riflessivo. Il professionista dovrebbe garantire e promuovere la partecipazione attiva di tutti i partecipanti.</p> <p>La seguente proposta di attività può essere adattata a seconda del gruppo e dell'obiettivo desiderato. Ad esempio, se l'obiettivo finale è quello di aumentare l'occupabilità, le situazioni proposte possono essere più incentrate su questo settore, mentre se l'obiettivo è quello di promuovere la creatività in generale, è possibile ricorrere a situazioni quotidiane.</p> <p>Presentazione (10 minuti)</p> <ul style="list-style-type: none">▪ Introduzione al workshop



		<ul style="list-style-type: none"> ▪ Aspettative relative al workshop ▪ Obiettivo del workshop <p>Dinamica di gruppo (10 minuti):</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Imparare a conoscersi. <p>Parte centrale (40 minuti):</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Chiedere ai partecipanti cosa intendono per creatività. ▪ Presentazione sulla creatività, definizione e caratteristiche principali. ▪ Spiegazione dell'attività dell'alter ego. ▪ Il professionista attribuisce ai partecipanti una situazione: l'idea è quella di lavorare su 3 situazioni diverse e dividere il gruppo in gruppi più piccoli per categoria. I partecipanti lavorano comunque individualmente. Il numero di situazioni dipende dal numero di partecipanti. ▪ Ogni persona pensa a un alter ego e propone diversi modi per risolvere la situazione. Queste soluzioni possono essere folli o stravaganti. ▪ Condivisione in cerchio. <p>Sessione di chiusura (10 minuti)</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Riflessione di gruppo sull'attività degli alter ego e sulle risposte date. ▪ Lezioni di apprendimento. ▪ Feedback sulla sessione.
--	--	--

Piano Dettagliato Delle Attività “Alter egos”

Tempo	Attività	Descrizione dettagliata	Formato/Risorse necessarie
10.00 – 10.10	Sessione introduttiva	Presentazione del progetto UPCOMING Women; aspettative relative al workshop	In presenza: presentazione alla lavagna
10.10 – 10.20	Dinamiche di gruppo	Attività di preparazione per conoscersi meglio: a ciascun partecipante viene chiesto di portare con sé un oggetto simbolico (è importante informare i partecipanti in anticipo). I partecipanti camminano per la stanza; non appena il professionista dice "stop", si ritrovano davanti alla persona più vicina, con la quale si presentano. Inoltre, spiegano il motivo per cui hanno portato il loro oggetto, il suo significato speciale ecc. Questa attività va ripetuta un paio di volte. Se qualcuno non ha con sé l'oggetto che desidera, può disegnarlo prima dell'attività o sceglierne un altro che ha con sé in quel momento.	In presenza: oggetti portati dai partecipanti - Devono essere informati in anticipo!



10.20 – 11.00	Parte centrale	<p>Fase 1: il professionista chiede ai partecipanti cosa intendono per creatività. Dopo un breve scambio di idee, il professionista mostra una presentazione sulla creatività, spiegandone la definizione e le caratteristiche principali.</p> <p>Fase 2: il professionista fornisce una breve spiegazione dell'attività dell'alter ego. Il professionista attribuisce ai partecipanti una situazione: l'idea è quella di lavorare su tre situazioni diverse e suddividere i partecipanti in gruppi più piccoli per categoria. I partecipanti lavoreranno individualmente. Il numero di situazioni dipende dal numero di partecipanti.</p> <p>Step 3: ciascuno pensa a un alter ego e propone diversi modi per risolvere la situazione. Prima di tutto, i partecipanti scrivono le loro idee. Le soluzioni possono anche essere folli o stravaganti.</p> <p>Passo 4: i partecipanti formano un cerchio e condividono in gruppo le loro situazioni e idee.</p>	In presenza: carte, penne, sedie e tavoli
11.00 – 11.10	Sessione conclusiva	<p>Per concludere il workshop, i partecipanti fanno una riflessione di gruppo sull'attività degli alter ego e sulle risposte fornite. Condividono anche le loro lezioni di apprendimento e forniscono un feedback sul workshop.</p>	In presenza: questionari di valutazione



Workshop "Racconti"

1	Panoramica	<p>Titolo: Racconti</p> <p>Quadro: questo workshop è progettato per essere implementato da professionisti che lavorano con donne poco qualificate al fine di migliorarne i livelli di occupabilità, inclusione sociale ed empowerment. Il workshop fa parte del progetto Upcoming Women ed è complementare ad altri workshop nell'ambito dello stesso, finalizzati a sviluppare competenze concrete come, in questo caso, la creatività.</p> <p>Durata: 90 minuti</p> <p>Obiettivi principali: sviluppare il pensiero creativo e la creatività in generale al fine di aiutare le donne poco qualificate a responsabilizzarsi e ad esprimersi.</p> <p>Risultati: sviluppare creatività e pensiero positivo nelle situazioni quotidiane e nei diversi contesti.</p>
2	Descrizione dello scopo	<p>Questo workshop aiuta le donne poco qualificate a sviluppare la loro creatività. Con questa attività saranno in grado di esprimersi e si legheranno con altre donne in contesti simili o diversi. Inoltre, i professionisti impareranno nuove tecniche e metodologie che li aiuteranno a lavorare con questo target. La creatività è una competenza importante da sviluppare non solo in ambito artistico, ma anche in altri contesti: infatti, aiuta i partecipanti ad affrontare le sfide e le situazioni complesse e ad esprimersi, nonché a migliorare la loro inclusione e la loro occupabilità.</p>
3	A chi è diretto?	<p>Questo workshop è rivolto alle donne poco qualificate, ma è utile anche per i professionisti.</p> <p>Un massimo di dieci partecipanti per workshop.</p>
4	Elenco dei risultati tangibili	<p>Conoscenza</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Elencare diversi modi creativi per esprimersi <p>Competenze</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. Applicare tecniche creative per affrontare i problemi 3. Confrontare le alternative e utilizzare la creatività per scegliere la soluzione migliore <p>Attitudine</p> <ol style="list-style-type: none"> 4. Gestire i problemi con un punto di vista positivo 5. Proporre idee e soluzioni creative a una determinata situazione o problema
5	Caratteristiche di luogo e spazio	<p>Questo workshop è progettato per essere svolto di presenza. Tuttavia, se necessario, può essere adattato al formato online.</p> <p>La stanza o lo spazio in cui si tiene il workshop dovrebbe essere aperto per consentire il movimento del gruppo. Dopo la prima dinamica, serviranno sedie e tavoli; in alternativa, i partecipanti possono lavorare sul pavimento.</p>
6	Struttura	<p>Questo workshop è progettato per aiutare i partecipanti ad esprimersi in modo creativo. Le donne hanno la possibilità di connettersi con sé stesse e con il resto dei partecipanti, sviluppando o sbloccando la loro creatività. Le seguenti attività possono essere facilmente adattate agli obiettivi del professionista; possono anche essere utilizzate per l'empowerment delle donne aiutandole a raccontare le loro storie; possono essere più focalizzate sul responsabilizzare le donne a trovare un lavoro e su come presentarsi in modo originale.</p>



		<p>Introduzione (10 minuti):</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Introduzione al workshop ▪ Aspettative relative al workshop ▪ Obiettivo del workshop <p>Dinamica di gruppo (15 minuti):</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Imparare a conoscersi ▪ Connettersi con sé stessi ▪ Rilassarsi <p>Parte centrale (50 minuti):</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Chiedere ai partecipanti cosa intendono per creatività. ▪ Presentazione sulla creatività, definizione e caratteristiche principali. ▪ Spiegazione dell'attività e delle sue finalità. ▪ Il professionista distribuisce ai partecipanti diversi materiali (tessuti, vernice, carta, penne, legno, creta per modellare, post-it, ecc.), attraverso i quali questi ultimi devono raccontare le loro storie o un momento importante. ▪ Le donne possono disegnare, dipingere, scrivere, creare un breve gioco. Per farlo, avranno bisogno di usare la loro immaginazione e creatività per esprimere le loro idee. ▪ I partecipanti formano un cerchio e presentano la loro situazione o storia al resto del gruppo, spiegando come l'hanno sviluppata e perché. <p>Sessione di chiusura (15 minuti)</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Riflessione di gruppo sull'attività e sulle risposte fornite. ▪ Lezioni di apprendimento ▪ Feedback sulla sessione.
--	--	---

Piano Dettagliato Delle Attività "Racconti"

Tempo	Attività	Descrizione dettagliata	Formato/Risorse necessarie
9.00 – 9.10	Sessione introduttiva	Presentazione del progetto UPCOMING Women; aspettative relative al workshop; breve esercizio di auto-presentazione. In cerchio, ogni partecipante dice il proprio nome ad alta voce e nomina il proprio animale spirituale (l'animale che sente più vicino a sé) al fine di conoscersi l'un l'altro.	In presenza: presentazione alla lavagna.
9.10 – 9.25	Dinamiche di gruppo	Attività di preparazione per iniziare a conoscersi, rilassarsi e aiutare i partecipanti a connettersi con sé stessi: Tutti i partecipanti sono in cerchio e seguono il professionista. Quest'ultimo suona o riproduce della musica e chiede ai partecipanti di	In presenza: musica e uno spazio aperto senza ostacoli.



		imitare i suoi movimenti. All'inizio i partecipanti stanno al proprio posto e fanno solo piccoli movimenti dall'alto verso il basso; successivamente, man mano che si rilassano e iniziano a "scaldarsi", il professionista dice loro di muoversi nella stanza al ritmo della musica. Possono anche chiudere gli occhi per connettersi ancora di più con la musica.	
9.25 – 10.10	Parte centrale	<p>Fase 1: il professionista chiede ai partecipanti cosa intendono per creatività. Dopo un breve scambio di idee, mostra una presentazione sulla creatività, sulla sua definizione e sulle caratteristiche principali.</p> <p>Fase 2: il professionista fornisce una breve spiegazione dell'attività e distribuisce ai partecipanti diversi materiali (tessuti, vernice, carta, penne, legno, creta per modellare, post-it, ecc.), attraverso i quali questi ultimi devono raccontare le loro storie o un momento importante. Le donne possono disegnare, dipingere, scrivere, creare un breve gioco. Per farlo, avranno bisogno di usare la loro immaginazione e creatività per esprimere le loro idee.</p> <p>Fase 3: una volta terminata la fase precedente, formano un cerchio e presentano la loro situazione o storia al resto del gruppo, spiegando come l'hanno sviluppata e perché.</p>	In presenza: carte, penne, legno, pittura, argilla, tessuti, forbici. Sedie e tavoli.
10.10 – 10.25	Sessione conclusiva	Per concludere il workshop, i partecipanti fanno una riflessione di gruppo sull'attività e sul modo in cui si sono espressi. Condividono anche le loro lezioni di apprendimento e forniscono un feedback sulla sessione.	In presenza: questionari di valutazione



2021-1-BG01-KA220-ADU-000033670



Progetto UPCOMING WOMEN

**Empowerment delle donne poco qualificate
attraverso competenza globale e mentorship**

Workshops Sperimentali

Risoluzione dei problemi



Redatto da IGEA - Ottobre 2022

Il supporto della Commissione europea per la produzione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti che riflettono solo le opinioni degli autori e la Commissione non può essere ritenuta responsabile per qualsiasi uso che possa essere fatto delle informazioni in essa contenute.



Workshop “Strumenti di risoluzione dei problemi”

1	Panoramica	<p>Titolo: Strumenti di risoluzione dei problemi</p> <p>Quadro: aumentare l'occupazione, l'inclusione sociale e l'empowerment delle donne poco qualificate. La formazione è destinata ai professionisti che lavorano a contatto con donne poco qualificate. Il workshop è realizzato in linea con il progetto "Upcoming Women".</p> <p>Obiettivi principali: sviluppo complessivo delle capacità di risoluzione dei problemi per aiutare le donne con scarse competenze a superare le sfide quotidiane, aumentare l'occupabilità e sostenere l'inclusione sociale.</p> <p>Risultati: sviluppare la capacità di risoluzione dei problemi e scoprire soluzioni alle sfide in vari contesti.</p>
2	Descrizione dello scopo	<p>Organizzare un seminario per potenziare e migliorare le competenze delle donne poco qualificate attraverso lo sviluppo di capacità di risoluzione dei problemi, e fornirlo ad assistenti sociali, educatori, formatori, mentori, consulenti e altri membri del personale che si occupano di donne poco qualificate/in situazioni vulnerabili.</p> <p>Acquisire consapevolezza sulle potenziali applicazioni future di questa competenza nelle diverse aree del mondo.</p>
3	A chi è diretto?	<p>Donne poco qualificate in situazioni di vulnerabilità; professionisti (assistenti sociali, educatori, formatori, mentori, consulenti e altri membri del personale).</p> <p>Anche se il target sono le donne poco qualificate, questo workshop è utile anche per i professionisti che lavorano a contatto con esse.</p>
4	Elenco dei risultati tangibili	<p>Conoscenza</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Sviluppare la capacità di problem-solving <p>Competenze</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. Analizzare situazioni e informazioni <p>Attitudine</p> <ol style="list-style-type: none"> 3. Affrontare i problemi con un punto di vista positivo e con la volontà di imparare a risolverli
5	Caratteristiche di luogo e spazio	<p>Questo workshop può essere svolto sia online che in presenza. Sono necessari solo delle sedie e dei tavoli per permettere ai partecipanti di sedersi e scrivere. Per le discussioni e le presentazioni servirà uno spazio sufficientemente ampio in modo da disporre le sedie in cerchio, nonché una connessione internet, un computer e un proiettore per mostrare video e immagini.</p>
6	Struttura	<p>Introduzione (da 5 a 10 minuti):</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Introduzione al workshop e presentazione del progetto Upcoming Women ▪ Obiettivo del workshop ▪ Presentazione del formatore <p>Coesione di gruppo (da 10 a 20 minuti):</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Imparare a conoscersi ▪ Condividere le aspettative <p>Sviluppo delle conoscenze (40 minuti):</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Informazioni di base sull'abilità trasversale. ▪ Presentazioni, ricerche, discussioni di gruppo.



		<ul style="list-style-type: none"> ▪ Lavorare in piccoli gruppi/casi di studio/esempi ▪ Condivisione. ▪ Brainstorming/mappa mentale. <p>Sessione di chiusura (10-15 minuti)</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Sessione di domande e risposte/quiz ▪ Riflessione
--	--	--

Piano Dettagliato Delle Attività “Strumenti di risoluzione dei problemi”

Tempo	Attività	Descrizione dettagliata	Formato/Risorse necessarie
9.00 – 9.05	Sessione introduttiva	Presentazione del progetto UPCOMING Women; Introduzione all'obiettivo del workshop.	Presentazione del panel
9.05 – 9.20	Preparazione e del gruppo	Ognuno si presenta e scrive il proprio nome e una parola che descrive la propria personalità su un foglio bianco. Condivisione di gruppo in un cerchio.	Fogli bianchi, pennarelli colorati
9.20 – 9.30	Aspettative	I partecipanti sono invitati a scrivere le loro aspettative sul workshop su note adesive da apporre su un poster.	Matite, adesivi
9.30 – 9.50	Presentazione sulla competenza trasversale	Presentazione PowerPoint su "Strumenti di risoluzione dei problemi", inclusa l'analisi delle cause profonde (root cause analysis). Nella presentazione gli strumenti saranno elencati, spiegati ed esemplificati.	Computer, proiettore e fogli per prendere appunti
9.50 – 10.10	Lavoro in piccoli gruppi	Tutte le donne si dividono in gruppi di tre. L'obiettivo è trovare degli strumenti che possano aiutare a identificare meglio i problemi. Strumenti come le 5 W, Appreciation e Root Cause Analysis aiutano a porsi le domande giuste e a indagare i diversi strati di un problema per scoprire cosa succede realmente	Carta, pennarelli, penne, adesivi, materiale tecnologico per la ricerca
10.10-10.20	Presentazione del gruppo	I gruppi hanno a disposizione dieci minuti per fare le loro presentazioni. Ogni membro del gruppo dovrebbe avere il proprio momento per prendere la parola. In questo modo possono imparare insieme come presentare un'idea in uno spazio pubblico e capire l'importanza di essere ascoltati.



10.20 – 10.30	Sessione conclusiva	Riflessione Le donne parlano della loro esperienza in questo ambiente di apprendimento e condividono i loro pensieri. Si chiede loro di rimuovere le note adesive dal poster e discutere delle loro aspettative nei confronti del workshop. Le partecipanti svolgono l'attività in cerchio.	Se il workshop viene implementato in presenza, i partecipanti devono sedersi in cerchio. Sono quindi necessari delle sedie e uno spazio abbastanza ampio.
---------------	---------------------	--	---

Workshop "Analisi dei problemi"

1	Panoramica	<p>Titolo: Analisi dei problemi</p> <p>Quadro: la formazione è stata sviluppata per professionisti che lavorano con donne poco qualificate al fine di aumentare i loro livelli di occupazione, inclusione sociale ed empowerment. Il workshop è realizzato in linea con il progetto "Upcoming Women".</p> <p>Obiettivi principali: sviluppo delle capacità di problem-solving per aiutare le donne con scarse competenze a superare le sfide quotidiane ed esprimere sé stesse.</p> <p>Risultati: fornire consigli e metodi molto utili per risolvere problematiche complesse.</p>
2	Descrizione dello scopo	Le donne partecipanti trarranno vantaggio da questo workshop migliorando le loro capacità di risoluzione dei problemi. Nel corso delle attività, potranno esprimere sé stesse, connettersi con altre donne e condividere esperienze. I professionisti acquisiranno anche nuovi metodi e approcci che faciliteranno la collaborazione. Inoltre, la risoluzione dei problemi aiuterà i partecipanti a superare gli ostacoli, ad esprimersi, ad affrontare le circostanze difficili e ad aumentare i loro livelli di inclusione e occupabilità.
3	A chi è diretto?	Donne poco qualificate in situazioni di vulnerabilità; professionisti (assistenti sociali, educatori, formatori, mentori, consulenti e altri membri del personale). Sebbene sia destinata a donne poco qualificate, questo workshop è utile anche per gli esperti nel campo.
4	Elenco dei risultati tangibili	<p>Conoscenza</p> <p>1. Sviluppare la capacità di analisi dei problemi</p> <p>Competenze</p> <p>2. Utilizzare diverse capacità di problem-solving per risolvere i problemi in modo efficace</p> <p>Attitudine</p> <p>3. Guardare il problema da una varietà di prospettive e trovare soluzioni diverse</p>
5	Caratteristiche di luogo e spazio	Questo workshop può essere svolto sia online che in presenza. Sono necessari solo sedie e tavoli per permettere ai partecipanti di sedersi e scrivere. Per le discussioni e le presentazioni servirà uno spazio sufficientemente ampio in modo da disporre le sedie in cerchio, nonché una connessione internet, un computer e un proiettore per mostrare video e immagini.
6	Struttura	<p>Introduzione (da 5 a 10 minuti):</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Introduzione al workshop e presentazione del progetto Upcoming Women ▪ Obiettivo del workshop.



		<p>Coesione di gruppo (da 10 a 20 minuti):</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Imparare a conoscersi. ▪ Condividere le aspettative. ▪ Regole di gruppo. <p>Sviluppo delle conoscenze (40 minuti):</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Informazioni di base sull'abilità trasversale. ▪ Presentazioni, ricerche, discussioni di gruppo. ▪ Lavoro in piccoli gruppi/casi di studio/esempi/giochi di ruolo. ▪ Condivisione. ▪ Brainstorming/mappa mentale. <p>Sessione di chiusura (10-15 minuti)</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Sessione di domande e risposte/quiz ▪ Riflessione
--	--	--

Piano Dettagliato Delle Attività "Analisi dei problemi"

Tempo	Attività	Descrizione dettagliata	Formato/Risorse necessarie
9.00 – 9.05	Sessione introduttiva	Presentazione del progetto UPCOMING Women; introduzione all'obiettivo del workshop; presentazione del moderatore/formatore	Presentazione del panel
9.05 – 9.20	Preparazione e del gruppo	<i>Due verità e una menzogna</i> Ogni donna pensa a tre affermazioni su sé stessa. Due devono essere vere e una deve essere falsa. Per svolgere l'attività, le partecipanti possono usare note adesive, penne e matite. Scrivono le affermazioni sulle note adesive e le attaccano al petto. Dopodiché, si muovono nella stanza, si incontrano e discutono delle diverse affermazioni.	Note adesive, matite/penne
9.20 – 9.30	Aspettative	I partecipanti sono invitati a scrivere le loro aspettative relative al workshop su note adesive da apporre su un poster.	Matite, note adesive
9.30 – 9.50	Presentazione sulla competenza trasversale	Presentazione PowerPoint intitolata "Identificare le probabili cause dei problemi". Questa include approcci di analisi dei problemi, tra cui il "diagramma causa-effetto", una tecnica basata su diagrammi che combina il brainstorming con un tipo di mappa mentale.	Computer, proiettore e fogli per prendere appunti
9.50 – 10.10	Lavoro in piccoli gruppi	I partecipanti si dividono in gruppi di tre. Viene chiesto loro di determinare un problema e stabilirne le cause e gli effetti. Per identificare questi	Carta, pennarelli, penne, adesivi, materiale tecnologico per la ricerca



		fattori possono utilizzare il "diagramma causa-effetto", oppure altri strumenti. Il gruppo sviluppa una soluzione iniziale tramite brainstorming.	
10.10-10.	Presentazione del gruppo	<p>I gruppi hanno a disposizione dieci minuti per le loro presentazioni. I gruppi presentano il problema selezionato, così come il "diagramma causa-effetto" o gli altri strumenti utilizzati per trovare cause ed effetti.</p> <p>Ogni membro del gruppo dovrebbe avere il proprio momento per prendere la parola. In questo modo possono imparare insieme come presentare un'idea in uno spazio pubblico e, al contempo, capire l'importanza di essere ascoltati.</p>
10.00 – 10.30	Sessione conclusiva	<p>Riflessione</p> <p>Questa fase serve alle donne per descrivere il loro apprendimento, il modo in cui è cambiato e come potrebbe legarsi ad esperienze future. I partecipanti usano le note adesive (precedentemente apposte sul poster) per parlare nuovamente delle loro aspettative. L'attività va svolta in cerchio.</p>



2021-1-BG01-KA220-ADU-000033670



Progetto UPCOMING WOMEN

**Empowerment delle donne poco qualificate
attraverso competenza globale e mentorship**

Workshops Sperimentali

Pensiero critico



Redatto da RCF - Novembre 2022

Il supporto della Commissione europea per la produzione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti che riflettono solo le opinioni degli autori e la Commissione non può essere ritenuta responsabile per qualsiasi uso che possa essere fatto delle informazioni in essa contenute.



Workshop "Pensiero critico I"

1	Panoramica	<p>Titolo: Pensiero critico</p> <p>Quadro: Questo workshop ha lo scopo di migliorare la capacità di pensiero critico delle donne in situazioni di vulnerabilità. Il pensiero critico è l'analisi dei fatti disponibili, delle prove, delle osservazioni e degli argomenti per formare un giudizio. Il workshop è progettato per approfondire la comprensione di questa abilità trasversale e per esercitarla.</p> <p>Durata: 90 minuti</p> <p>Obiettivi principali: aiutare le donne in situazioni di vulnerabilità a risolvere meglio i problemi e a prendere decisioni.</p> <p>Risultati: Supportare e preparare le donne in situazioni di vulnerabilità, al fine di esaltare e migliorare la loro abilità di pensiero critico</p>
2	Descrizione dello scopo	Lo scopo del workshop è quello di aiutare le donne in situazioni di vulnerabilità ad essere migliori nella risoluzione dei problemi e nel processo decisionale.
3	A chi è diretto?	Donne poco qualificate e/o in situazioni di vulnerabilità. Minimo 8 e massimo 15 partecipanti
4	Elenco dei risultati tangibili	Formulare e articolare idee; Distinguere i dati rilevanti da quelli non rilevanti, il fatto dall'opinione; Valutare in modo critico le informazioni e le loro fonti; Identificare e definire i problemi centrali e secondari.
5	Caratteristiche di luogo e spazio	Il workshop è progettato per la partecipazione fisica. Ciò che serve è una stanza ampia con abbastanza sedie e spazio dove appendere le lavagne di carta. È bene avere un minimo di 1 e un massimo di 3 tavolini. Per la proiezione video sono necessari proiettore, computer e audio.
6	Struttura	<p>Introduzione (10 minuti):</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Benvenuto ▪ Breve introduzione del tema del workshop <p>Rompighiaccio e coesione di gruppo: (10 minuti)</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Gioco di condivisione <p>Diffondere le conoscenze (55 minuti)</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Brainstorming ▪ Riproduzione di video ▪ Presentazione ▪ Lavoro di gruppo – dilemma etico ▪ Lavoro di gruppo – miti e realtà <p>Sessione di chiusura (5 minuti)</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Riflessione



Piano Dettagliato Delle Attività "Pensiero critico I"

Tempo	Attività	Descrizione dettagliata	Formato/Risorse necessarie
9.00 – 9.10	Sessione introduttiva	Parole di benvenuto più una breve presentazione del progetto, del moderatore e degli obiettivi del workshop. Tavola rotonda e presentazione dei partecipanti: I partecipanti sono invitati a continuare la frase: Il mio nome è....e sono qui per..... (una parola)	I partecipanti sono seduti su delle sedie in cerchio.
9.10 – 9.20	Rompighiaccio e coesione di gruppo	Gioco caramelle M&M: Versare M&M o qualsiasi altra caramella multicolore in una ciotola. Chiedere a tutti nel gruppo di prendere dalla ciotola la quantità desiderata. Assicurarsi che nessuno mangi subito le caramelle. Per ogni M&M presa, dovranno rispondere a una domanda, a seconda del colore: <ul style="list-style-type: none"> ● Caramelle rosse: cibi preferiti ● Caramelle verdi: sei un cantante, uno scrittore o un ballerino? ● Caramelle gialle: personaggio dei cartoni animati preferito ● Caramelle arancioni: luoghi preferiti per viaggiare ● Caramelle marroni: cosa ti ispira? ● Caramelle blu: raccontaci un segreto. 	Risorse/materiali: Caramelle multicolore, versate in una ciotola o tazza.
9.20 – 9.30	Sviluppo delle conoscenze - parte 1	Il moderatore utilizza un foglio bianco della lavagna a fogli mobili e lo divide in due verticalmente. In una metà si scrive: "Cos'è il pensiero critico?" e nell'altra: "Cosa non è il pensiero critico?". I partecipanti sono invitati a fare un brainstorming sulle due domande fornendo più risposte e descrizioni possibile. Lui/lei scrive le risposte.	Risorse/materiali: Lavagna a fogli mobili, pennarelli;
9.30 – 9.40	Sviluppo delle conoscenze - parte 2	Riproduzione del film (2:29') https://www.youtube.com/watch?v=HnJ1bqXUnIM	Risorse/materiali:



		Il moderatore riassume la definizione di pensiero critico, fornisce ulteriori esempi e spiegazioni.	Proiettore e audio; wi-fi o film scaricati;
9.40 –10.00	Sviluppo delle conoscenze - parte 3	<p><i>Formare 3 piccoli gruppi (ad es. 3 x 5 partecipanti)</i></p> <p>Ogni gruppo riceve la stessa dispensa. stampato da qui: https://en.wikipedia.org/wiki/Trolley_problem#/media/File:Trolley_Problem.svg</p> <p>I gruppi hanno 10 minuti per discutere sulla domanda: "Dovreste tirare la leva per deviare il carrello in fuga sul binario laterale? Perché". Come gruppo devono giungere a una decisione comune e preparare un oratore di gruppo per presentare la loro decisione finale e le loro motivazioni.</p> <p>Presentazioni di ogni piccolo gruppo: massimo 3' per relatore</p>	<p>Dispense stampate. Carta, pennarelli</p> <p>Appunti: (per ulteriori informazioni del moderatore – non obbligatorio!) Il dilemma "problema del trolley" è spiegato qui: https://en.wikipedia.org/wiki/Trolley_problem</p>
10.00 -10.25	Sviluppo delle conoscenze - parte 4	<p>I partecipanti rimangono negli stessi piccoli gruppi. Ogni gruppo riceve la dispensa MITO O REALTÀ con 10 affermazioni. Il compito del gruppo è quello di decidere se la frase è un mito o realtà e di dichiarare come lo sanno? Nel caso in cui il gruppo non potesse prendere una decisione comune, deve spiegare di che tipo di informazioni hanno bisogno per fare la loro dichiarazione.</p> <p>10 minuti per il lavoro di gruppo 15 minuti per la condivisione nel gruppo più grande.</p>	<p>Risorse/materiali: Dispense stampate: (Disponibile a pagina 51)</p> <p>Appunti: (per ulteriori informazioni del moderatore – non obbligatorio!) https://developmenteducation.ie/wp-content/uploads/2021/03/Mythbuster-Womens-Rights-web.pdf</p> <p>Tutte e 10 le dichiarazioni sono un mito!</p>
10.25 – 10.30	Sessione conclusiva	Ogni partecipante è invitato a continuare la frase: "Lascio questo workshop con ..."	I partecipanti sono seduti su delle sedie in cerchio.



Workshop “Pensiero critico II”

1	Panoramica	<p>Titolo: Pensiero critico II</p> <p>Quadro: Questo workshop mira a migliorare la capacità di pensiero critico delle donne in una situazione di vulnerabilità. Il pensiero critico è l'analisi dei fatti disponibili, delle prove, delle osservazioni e degli argomenti per formare un giudizio. Si raccomanda ai partecipanti che hanno superato il primo workshop sul pensiero critico di prendere parte a questo.</p> <p>Durata: 90 minuti</p> <p>Obiettivo principale: Aiutare le donne in una situazione di vulnerabilità nella risoluzione dei problemi e nel processo decisionale.</p> <p>Risultati: sostenere e dotare le donne in situazioni di vulnerabilità per migliorare la loro capacità di problem solving.</p>
2	Descrizione dello scopo	Lo scopo del workshop è quello di aiutare le donne in una situazione di vulnerabilità ad essere migliori nella risoluzione dei problemi e nel processo decisionale.
3	A chi è diretto?	Donne poco qualificate e/o in situazioni di vulnerabilità, che hanno superato il primo workshop sul pensiero critico. Minimo 8 e massimo 15 partecipanti
4	Elenco dei risultati tangibili	Identificare e definire i problemi centrali e secondari. Applicare le capacità di pensiero critico a scenari di risoluzione dei problemi. Accedere alle informazioni necessarie in modo efficace ed efficiente.
5	Caratteristiche di luogo e spazio	Il workshop è concepito per attività in presenza. Ciò che serve è una grande stanza con abbastanza sedie e spazio dove appendere le lavagne di carta. È bene avere un minimo di 1 e un massimo di 3 tavolini.
6	Struttura	<p>Introduzione (15 minuti):</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Benvenuto ▪ Breve introduzione del tema del workshop ▪ Presentazione dei partecipanti e condivisione delle aspettative <p>Rompighiaccio e sviluppo delle conoscenze: (25 minuti)</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Gioco per la comunicazione ▪ Discussione <p>Sviluppo delle conoscenze (40 minuti)</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Gioco per la risoluzione dei problemi in piccoli gruppi. ▪ Step essenziali per il pensiero critico – esercizio ▪ Discussione di gruppo <p>Sessione conclusiva (10 minuti)</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Riflessione



Piano Dettagliato Delle Attività "Pensiero critico II"

Tempo	Attività	Descrizione dettagliata	Formato/Risorse necessarie
9.00 – 9.15	Sessione introduttiva	<p>Parole di benvenuto più una breve presentazione del progetto, del moderatore e degli obiettivi del workshop.</p> <p>Tavola rotonda di presentazione dei partecipanti con il loro nome e brevi aspettative sul workshop: Ogni partecipante riceve un fiore di carta, un piccolo foglio bianco e un pennarello. Scrive il suo nome sul foglio bianco e le sue aspettative sul fiore. Dopo che ognuno si presenta, si appende il proprio fiore su un "campo" - un poster già pronto (bianco o colorato) e mette il suo nome in una busta o in una scatola.</p>	<p>I partecipanti sono seduti su sedie in cerchio.</p> <p>Risorse/materiali: Fogli piccoli per scrivere nomi. Busta o scatola</p> <p>Fiori di carta pronti tagliati da cartoncino colorato, abbastanza grande per scrivere 2-3 parole</p> <p>Un grande poster di cartone, che può essere bianco o verde (come un prato)</p> <p>Pennarelli colorati</p>
9.15 – 9.40	Rompighiaccio/ Sviluppo delle conoscenze	<p>Gioco per il lavoro di squadra e la comunicazione: Il moderatore prende la busta/scatola con i nomi di tutti i partecipanti e inizia a disegnare i loro nomi in coppia, se necessario, a tre a tre.</p> <p>Quello con l'immagine descrive ciò che si vede nell'immagine, e l'altro lo disegna. Questo esercizio di team building non solo aiuta i partecipanti a costruire un rapporto, ma mostra anche quante cose dipendano da una comunicazione precisa. - 15 minuti</p> <p>Per la discussione i partecipanti sono tornati nel grande cerchio. Il moderatore incoraggia la discussione ponendo alternativamente domande al gruppo di disegno e al gruppo di spiegazione. Domande di esempio: Cosa hai trovato difficile? Cosa ti ha aiutato? È stato facile da capire/spiegare? - 10 minuti.</p>	<p>Risorse/materiali: Quadri a campione pronti Pennarelli/matite colorate Fogli bianchi</p>
9.40 – 10.20	Sviluppo delle conoscenze	<p>Formare 2 o 3 piccoli gruppi. È possibile consentire ai partecipanti di raggrupparsi o utilizzare un altro metodo di raggruppamento. Ad ogni gruppo viene distribuita una dispensa. Dopo aver letto lo scenario il gruppo riflette e ne discute seguendo i passaggi elencati per il pensiero critico.</p> <p>Ogni gruppo deve scegliere un relatore, che alla fine farà un riassunto del lavoro in un massimo di 5 minuti.</p>	<p>Risorse/materiali: Dispense stampate: _ (Disponibile a pagina 52)</p> <p>Carta bianca e pennarelli per l'oratore del gruppo.</p>



10.20 – 10.30	Seduta Conclusiva	Ogni partecipante è invitato a dare un feedback finale sul workshop e nel caso in cui le sue aspettative siano soddisfatte può tenere il suo fiore.	I partecipanti sono seduti su sedie in cerchio.
---------------	-------------------	---	---



2021-1-BG01-KA220-ADU-000033670



Progetto **UPCOMING WOMEN**

**Empowerment delle donne poco qualificate
attraverso competenza globale e mentorship**

Workshops Sperimentali

Adattabilità & Flessibilità



Redatto da Mindshift a Ottobre 2022

Il supporto della Commissione europea per la produzione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti che riflettono solo le opinioni degli autori e la Commissione non può essere ritenuta responsabile per qualsiasi uso che possa essere fatto delle informazioni in essa contenute.



Workshop "Adattabilità"

1	Panoramica	<p>Titolo: Adattabilità</p> <p>Quadro: Viviamo in una cultura vincolata in cui il cambiamento può essere rapido, continuo e imprevedibile a seguito delle trasformazioni significative che hanno avuto luogo nel mondo negli ultimi decenni. La capacità di adattarsi a nuove condizioni, forse non è mai stata così rilevante come lo è attualmente. Pertanto, è importante aiutare le donne ad acquisire consapevolezza di questa capacità, in modo che inizino a prestare attenzione alla loro volontà di confrontarsi o cambiare le proprie idee e preconcetti. Questo workshop è stato progettato per essere leggero e divertente all'inizio per educare e preparare in qualche modo queste donne per le conversazioni che si svolgeranno in seguito.</p> <p>Durata: 82 minuti</p> <p>Obiettivi principali: L'obiettivo è quello di creare un ambiente sicuro per essere aperti e ricettivi ad assimilare e incarnare il cambiamento.</p> <p>Risultati: sostenere e preparare le donne in situazioni di vulnerabilità, per sviluppare consapevolezza sull'adattabilità in modo che possano affrontare le loro sfide quotidiane, per migliorare la loro occupabilità e promuovere la loro inclusione sociale.</p>
2	Descrizione dello scopo	<p>Flessibilità e adattabilità sono spesso utilizzate indistintamente. Tuttavia, in termini di ambiente lavorativo, ci sono alcune sottigliezze che verranno esplorate durante questo workshop, che affronterà l'adattabilità delle competenze.</p> <p>L'adattabilità è un'abilità trasversale rilevante per le donne per prosperare e vivere vite appaganti, nonché per contribuire al proprio processo di crescita in ogni lavoro che potrebbero svolgere. Pertanto, lo scopo di questo workshop è fornire ai mediatori professionisti uno strumento per esplorare questa abilità con il loro pubblico, in modo che possano supportare e attrezzare le donne in situazioni di vulnerabilità, per sviluppare consapevolezza sulla propria capacità di cambiare o essere cambiate per adattarsi alle circostanze cambiate.</p>
3	A chi è destinato?	<p>Questo workshop si rivolge a donne poco qualificate e/o in situazioni di vulnerabilità ed è progettato per un pubblico fino a 15 partecipanti.</p>
4	Elenco dei risultati tangibili	<p>Conoscenze</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Riconoscere le situazioni che richiedono adattabilità <p>Competenze</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. Discutere cos'è l'adattabilità e come migliorarla <p>Attitudini</p> <ol style="list-style-type: none"> 3. Svolgere compiti con maggiore adattabilità
5	Caratteristiche di luogo e spazio	<p>Il workshop è stato progettato per essere svolto di presenza. Quando possibile, cercare una stanza spaziosa che contenga entrambe le situazioni: uno spazio con sedie (fino al numero di partecipanti) e uno spazio per sviluppare attività pratiche. Avrai bisogno di sedie di numero uguale ai partecipanti. I partecipanti dovrebbero essere seduti in cerchio insieme al moderatore. Per condividere i video è necessario disporre di una connessione wi-fi, un computer e un proiettore. Il wi-fi è utile anche per la ricerca quando si fanno lavori di gruppo.</p>
6	Struttura	<p>Introduzione (15 minuti):</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Benvenuto/Rompighiaccio ▪ Breve introduzione del tema del workshop <p>Coesione di gruppo/sviluppo di conoscenze: (35 minuti)</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Spaghetti dynamic. attività pratica che mira a introdurre il tema dell'adattabilità e tutte le competenze coinvolte per rispondere al cambiamento. ▪ Debriefing



		<p>Sviluppo di conoscenze (15 minuti)</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Informazioni di base sulle competenze trasversali menzionate attraverso un video ▪ Conversazione/dibattito <p>Preparazione alla chiusura (10 minuti)</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>Collega i punti.</i> Collega le abilità di adattabilità con la mappa appesa al muro <p>Valutazione (5 minuti)</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Temperatura <p>Sessione di chiusura (2 minuti)</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Riflessione
--	--	---

Piano Dettagliato Delle Attività “Adattabilità”

Tempo	Attività	Descrizione dettagliata:	Formato/Risorse necessarie
9.00 – 9.05	Benvenuto/ Rompighiaccio	Dare il benvenuto Quando i partecipanti entrano nella stanza, fornire un simbolo per individuare il loro luogo di nascita sulla mappa. Ricordare ai partecipanti di guardare la mappa in seguito.	Risorse/materiali: Mappa del mondo Pin push (tanto quanto il numero di partecipanti più il/i moderatore/i) Note: prima di iniziare la sessione appendere una mappa del mondo sul muro. Ciò diventa molto interessante se le donne migranti provengono da diversi paesi o addirittura continenti. Se tutti i partecipanti provengono dalla stessa parte del mondo si può considerare di appendere una mappa di quella regione. Adattarsi se necessario
9.05 – 9.15	Introduzione	Breve introduzione/obiettivi del workshop. Questo workshop esplorerà l'adattabilità delle competenze. Possedere adattabilità significa essere in grado di adattarsi a nuove circostanze.	
9.15 – 9.25	Coesione di gruppo – Spaghetti dynamic	Step 1: Creare gruppi. Tre gruppi di quattro partecipanti + un gruppo di tre partecipanti. Step 2: Indicare l'obiettivo: Costruire la torre più alta in 5 minuti - non spiegare ulteriormente, basta ripetere questa spiegazione, in modo da non interferire con il processo e il risultato. Fase 3: Dare 5 minuti per completare l'attività +1 minuto per ogni gruppo per	Attività pratica Risorse/materiali: Spaghetti grossi - dieci Nastro adesivo Blu tack (adesivo riutilizzabile) Tre marshmallows Spago/filo di cotone



		discutere la strategia prima che il timer inizi	
9.25 –9.50	Coesione di gruppo – debrief	<p>Debriefing</p> <p>Step 1: Rinforzare l'adattabilità significa essere in grado di adattarsi alla situazione attuale o essere in grado di gestire i cambiamenti nell'ambiente o il modo in cui lavorano gli altri.</p> <p>Step 2: Porre domande dirette e generali all'inizio a spostarsi verso domande legate all'argomento: Esempio: <i>Ti è piaciuto? Com'è stato per te costruire una torre con gli spaghetti? Quali sono state le sfide? Come gruppo, com'è stata la vostra performance: organizzata, disorganizzata, incentrata su una sola persona, cooperativa, collaborativa? Cosa è andato storto? Cosa è andato bene? A livello individuale, qualcuno non si è sentito a proprio agio? In che modo? È stato facile adattarsi al modo in cui lavorano gli altri? Perché? Perché no? Com'è andato il processo? E tu? (Non dimenticare di includere tutti).</i></p>	<p>Risorse/materiali:</p> <p>Sedie</p>
9.50– 10.05	Sviluppare conoscenze	<p>Guarda il video <i>What are Resilience and Adaptability Skills (3')</i> www.youtu.be/IDPCPmBY4Pw</p> <p>Step 1: conversazione/dibattito sull'argomento. Integrare l'esperienza dell'attività pratica e della discussione emersa dal debriefing</p>	<p>Sessione plenaria</p> <p>Risorse/materiali: Sedie Computer Proiettore</p>
10.05 –10.15	Preparare la chiusura	<p><i>Collegare i punti</i> Collegamento tra abilità di adattabilità e mappa appesa al muro.</p> <p>Step 1: Domande e risposte Fai domande semplici <i>Da dove vieni? Quanta adattabilità era necessaria per arrivare qui? Per una cultura, routine, orari diversi?</i></p>	<p>Riunione plenaria</p> <p>Risorse/materiali: Sedie</p>



10.15 -10.20	Valutazione – temperatura	<p>Utilizzare un <i>termometro per il corpo</i> per raccogliere feedback sulla sessione.</p> <p>Step 1: Alzarsi. Fase 2: Alzare il braccio e valutare il laboratorio (sotto la vita significa non così buono, a livello della vita neutro e sopra la vita da buono a eccellente in quanto alzi il braccio. Lo stesso vale fino a sotto la vita). Fase 3: Ora alzate il braccio e <i>dite</i> quanto è stato utile il workshop in termini di divertimento, contenuti – consapevolezza dell'adattabilità – e lavoro di gruppo. (Dirlo uno alla volta e osservare la temperatura generale.)</p>	
10.20-10.22	Sessione conclusiva	<p>Riflessione Invogliare i partecipanti a dare un'occhiata alla mappa prima di andare via.</p>	

Workshop “Flessibilità”

1	Panoramica	<p>Titolo: Flessibilità</p> <p>Quadro: l'ambiente di lavoro si è evoluto incorporando trasformazioni significative negli ultimi decenni. I progressi tecnologici e i principali eventi mondiali hanno aggiunto un senso di instabilità, pericolo e imprevedibilità. Il senso di certezza, sicurezza e continuità a cui gli individui erano abituati è stato sostituito da una condizione di cambiamento. Di fronte a questo fenomeno, la flessibilità è diventata un'abilità importante da possedere e migliorare. Mentre l'adattabilità è la capacità di affrontare o adattare le proprie convinzioni e i pregiudizi delle persone, la flessibilità è più una disponibilità pragmatica al compromesso.</p> <p>Durata: 85 minuti</p> <p>Obiettivi principali: questo workshop è concepito per mostrare ai partecipanti il rovescio della medaglia per reagire all'ambiente VUCA e per fare chiarezza su come procedere con facilità e flessibilità di fronte all'incertezza.</p> <p>Risultati: sostenere le donne in situazioni di vulnerabilità e fornire loro gli strumenti per sviluppare consapevolezza sulla flessibilità in modo che possano affrontare le loro sfide quotidiane, migliorare la loro occupabilità e promuovere la loro inclusione sociale.</p>
2	Descrizione dello scopo	<p>Sebbene alcuni individui utilizzino i termini adattabilità e flessibilità in modo interscambiabile, in realtà ci sono delle differenze. Questo workshop si concentra sulla flessibilità, mentre un altro workshop si concentrerà sull'adattabilità.</p>



		Lo scopo di questo workshop è quindi aiutare i partecipanti a capire cosa significa essere flessibili sia nel lavoro che nella vita e come costruire e rafforzare i propri tratti flessibili. Inoltre, mira a capire in che modo le persone potrebbero diventare più flessibili modellando il proprio comportamento.
3	A chi è diretto?	Questo workshop si rivolge a donne poco qualificate e/o in situazioni di vulnerabilità ed è progettato per un pubblico fino a 15 partecipanti.
4	Elenco dei risultati tangibili	Al termine di questo workshop, i partecipanti saranno in grado di: Conoscenza 1. Comprendere il concetto di flessibilità 2. Distinguere le capacità di flessibilità e adattabilità Competenze 3. Utilizzare alcuni strumenti per diventare più flessibili 4. Identificare i propri punti critici che bloccano la flessibilità Attitudine 5. Diventare più flessibili in ambito lavorativo e nella vita privata.
5	Caratteristiche di luogo e spazio	Questo workshop è progettato per essere svolto di presenza. Se possibile, la stanza adibita dovrebbe avere le seguenti caratteristiche: uno spazio con un certo numero di sedie (a seconda del numero di partecipanti) e uno spazio per sviluppare attività pratiche. I partecipanti dovrebbero essere seduti in cerchio insieme al facilitatore. Sono necessari internet, un proiettore e un computer per condividere i video. Anche il Wi-Fi è utile per la ricerca nel lavoro di gruppo. Raggruppare delle scrivanie in modo che i partecipanti possano lavorare in gruppi di numeri diversi.
6	Struttura	Presentazione - (25 minuti) <ul style="list-style-type: none">▪ Introduzione del workshop (10 minuti)▪ Attività preparatoria: "Ho scelto questa foto perché..." (15 minuti) Coesione di gruppo (10 minuti): <ul style="list-style-type: none">▪ Imparare a conoscersi Sviluppo delle conoscenze (40 minuti): <ul style="list-style-type: none">▪ Informazioni di base sull'abilità trasversale menzionata in un video▪ Lavoro in piccoli gruppi▪ Debriefing Sessione di chiusura (10 minuti) <ul style="list-style-type: none">▪ Valutazione/feedback sul workshop▪ Conclusione



Piano Dettagliato Delle Attività "Flessibilità"

Tempo	Attività	Descrizione dettagliata	Formato/Risorse necessarie
9.00 – 9.10	Introduzione	Presentazione del progetto UPCOMING Women e dell'obiettivo principale del workshop.	
9.10 – 9.25	Attività di preparazione	<p>Fase 1: da preparare prima dell'inizio del workshop. Spargi le immagini a caso su un tavolo o sul pavimento.</p> <p>Fase 2: invita i partecipanti a scegliere in silenzio un'immagine con cui identificarsi.</p> <p>Fase 3: chiedi al pubblico di presentarsi e dire il proprio nome e perché hanno scelto una foto in particolare.</p> <p>Fase 4: dopo che tutti si sono presentati, poni delle domande.</p> <ul style="list-style-type: none"> Che cosa di quella foto ti comunica flessibilità? <p>Concedi 3 minuti per osservare la foto in profondità e poi chiedi:</p> <ul style="list-style-type: none"> Ti consideri una persona flessibile? Allo stesso modo della foto o in modo diverso? <p>Se necessario, proponi di fare un altro turno e chiedi ai partecipanti di rimettere l'immagine sul tavolo/pavimento.</p> <p>Se i partecipanti sono troppo timidi o mostrano segni di difficoltà, suggerisci di fare un altro giro.</p> <p>Chiedi ai partecipanti di rimettere l'immagine sul tavolo/pavimento. A questo punto, ognuno sceglie un'immagine che rappresenta la flessibilità o che in qualche modo si relaziona con tale concetto.</p> <p>Chiudi l'attività con una breve definizione di flessibilità affermando che durante questo workshop approfondirai questa abilità.</p>	<p>Risorse/materiali: da 15 a 25 immagini (da preparare prima della sessione)</p> <p>Raccogli immagini da internet e riviste che ritieni rilevanti considerando il profilo dei tuoi partecipanti. Queste immagini non devono seguire nessun criterio, ma devono basarsi su situazioni riferibili al concetto di flessibilità (ad esempio, una ragazza che fa surf su un'onda, un fiume che costeggia le rive, un fiore che si piega leggermente, un atleta che spinge qualcosa,) e coprire una varietà di generi (fiori, paesaggi, oggetti, persone, ecc.). Possono esserci dei doppioni: da tre a cinque paesaggi, da tre a quattro fiori, cinque oggetti, e così via. L'importante è scegliere foto belle e variegate.</p>
9.25 – 9.35	Coesione di gruppo	<p>Imparare a conoscersi</p> <p>Create tre gruppi di cinque partecipanti ciascuno.</p> <p>Fase 1: ogni gruppo deve trovare cinque cose che le partecipanti hanno in comune</p> <p>Fase 2: chiedi ai portavoce dei gruppi di condividere le loro idee</p> <p>Fase 3: evidenzia le somiglianze tra i gruppi così come le differenze.</p>	<p>Risorse/materiali: Tavoli e sedie</p>
9.35 – 9.50	Sviluppo delle conoscenze	<p>Fase 1: poni le seguenti domande: "perché la flessibilità è una competenza più apprezzata nell'ambiente di lavoro?" Perché pensi che lo sia? Hai qualche idea?</p>	<p>Risorse/materiali: Computer Proiettore Connessione internet</p>



		<p>Fase 2: guardate il seguente video: Habits of Mind Animations: Thinking Flexibly 1'23" www.youtu.be/cfDe5mYWIkY</p> <p>Fase 3: dopo aver visto il video, discutete e sistematizzate il concetto di flessibilità e rafforzate il motivo per cui è importante per l'occupazione.</p>	
9.50 – 10.10	Lavoro di gruppo	<p>Fase 1: create nuovi gruppi. Tre gruppi di quattro partecipanti e uno di tre.</p> <p>Fase 2: distribuire un set a ciascun gruppo</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ una copia dell'articolo ▪ un set di card con parole <p>Fase 3: leggete l'articolo in gruppo.</p> <p>Fase 4: create coppie di carte come "questo contro quello" con le parole che avete tra le mani.</p> <p>Fase 5: debriefing Immaginatevi in una situazione complessa: come reagireste in qualità di team? (Soluzione: alla complessità si reagisce con la chiarezza) Quando percepisci l'instabilità, a cosa puoi appoggiarti? (Soluzione: combattere l'instabilità con la visione) Cosa puoi fare in più per affrontare l'incertezza? (Soluzione: comprensione) Come/con cosa si può combattere l'ambiguità? (Soluzione: agilità)</p> <p>Fase 6: per concludere, approfondire l'argomento e invitare i partecipanti a porre domande.</p>	<p>Risorse/materiali: Computer Proiettore Connessione internet Quattro stampe del seguente articolo/In alternativa, puoi proiettare l'articolo. www.mindtools.com/pages/article/managing-vuca-world.htm Quattro campioni di un set di carte con parole: complessità, chiarezza, instabilità, visione, incertezza, ambiguità, agilità</p>
10.10 – 10.20	Valutazione/feedback	<p>Chiedi un feedback sulla sessione. Usa le immagini dell'attività preparatoria.</p> <p>Suggerimento: se potessi scegliere un'immagine tra quelle presenti nella tabella per riassumere la sessione/i tuoi sentimenti, quale sarebbe? Come mai?</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ i partecipanti parlano uno alla volta <p>Conclusione</p>	<p>Risorse/materiali: da 15 a 25 immagini</p>



2021-1-BG01-KA220-ADU-000033670



Progetto UPCOMING WOMEN

**Empowerment delle donne poco qualificate
attraverso competenza globale e mentorship**

Workshops Sperimentali

Abilità imprenditoriali

CEIPES

Redatto da CEIPES - Ottobre 2022

Il supporto della Commissione europea per la produzione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti che riflettono solo le opinioni degli autori e la Commissione non può essere ritenuta responsabile per qualsiasi uso che possa essere fatto delle informazioni in essa contenute.



Workshop "Pensa fuori dagli schemi!"

1	Panoramica	<p>Titolo del workshop: Pensa fuori dagli schemi!</p> <p>Questo workshop ha lo scopo di guidare le donne poco qualificate attraverso un percorso di autoconsapevolezza su diverse competenze trasversali, le quali sono fondamentali in campo imprenditoriale.</p> <p>La comunicazione, il lavoro di squadra, la leadership e le dinamiche di gruppo sono importanti fattori da migliorare per consentire ai partecipanti di sviluppare le giuste competenze per un business plan efficace. Tali competenze garantiscono infatti un buon ambiente di lavoro e una gestione di successo.</p> <p>Le attività di questo workshop hanno una durata complessiva di 90 minuti.</p>
2	Descrizione dello scopo	<p>Il workshop permetterà alle donne poco qualificate di acquisire buone capacità gestionali attraverso il miglioramento delle loro capacità comunicative e di leadership, la promozione dell'autoconsapevolezza e il miglioramento delle dinamiche di gruppo.</p>
3	A chi è diretto?	<p>Il workshop è rivolto a donne poco qualificate in posizioni di vulnerabilità.</p> <p>Può essere adattato ad ogni gruppo, piccolo o grande; tuttavia, un gruppo di 12 partecipanti è ottimale per garantire buoni risultati in termini di facilitazione.</p>
4	Elenco dei risultati tangibili	<ol style="list-style-type: none">1. Consapevolezza della propria personalità attraverso l'analisi di paure e obiettivi personali;2. Sviluppo di buone capacità comunicative;3. Comprensione del concetto di leadership e delle sue diverse declinazioni a seconda di prospettive diverse;4. Capacità di identificare i punti critici all'interno di un gruppo e saperli affrontare.
5	Caratteristiche di luogo e spazio	<ul style="list-style-type: none">- Ampia stanza con un certo numero di sedie per consentire a tutti i partecipanti e al facilitatore di sedersi.- Le sedie devono formare un cerchio.- Per alcune attività serviranno dei tavoli.- Connessione Wi-Fi.



<p>6</p>	<p>Struttura</p>	<p>Il workshop è progettato per essere interattivo e il facilitatore dovrebbe coinvolgere il gruppo nel miglior modo possibile. Inoltre, ognuno deve sentirsi libero di esprimere le proprie opinioni e idee e deve avere il tempo di farlo.</p> <p>Presentazione (10 minuti)</p> <ul style="list-style-type: none">• Introduzione al workshop (obiettivi e traguardi)• Breve presentazione del facilitatore <p>Coesione di gruppo (15 minuti):</p> <ul style="list-style-type: none">• Attività rompighiaccio• Regole di gruppo <p>Aspettative (10 minuti):</p> <ul style="list-style-type: none">• Aspettative e paure <p>Attività di team building (35 minuti):</p> <ul style="list-style-type: none">• Discussioni in piccoli gruppi• Presentazione in pubblico <p>Debriefing (15 minuti):</p> <ul style="list-style-type: none">• Domande del facilitatore• Domande dei partecipanti <p>Sessione di chiusura (5 minuti)</p> <ul style="list-style-type: none">• Feedback sulla sessione
----------	------------------	--



Piano Dettagliato Delle Attività "Pensa fuori dagli schemi!"

Tempo	Attività	Descrizione dettagliata	Formato/Risorse necessarie
9:00 – 9:10	Introduzione	<ul style="list-style-type: none">• Introduzione al workshop e ai suoi obiettivi• Presentazione del facilitatore	Lavagna, pennarelli colorati
9:10 – 9:20	Attività rompighiaccio	<ul style="list-style-type: none">• Il gruppo è in cerchio e il facilitatore tiene in mano un gomitolo di lana:<ul style="list-style-type: none">○ Il facilitatore si presenta pronunciando il suo nome e una parola che lo descrive; dopodiché passa il gomitolo di lana a un partecipante, continuando a tenere in mano un filo;○ Una volta preso in mano il gomitolo, ogni partecipante si presenta e lo passa a un altro partecipante seguendo il cerchio;○ Al termine dell'attività, il gruppo avrà creato una rete.	ad es. gomitolo di lana
9:20 – 9:25	Regole di gruppo	<p>Il facilitatore spiega al gruppo le regole del workshop:</p> <ul style="list-style-type: none">• Mantenere una mente aperta• Partecipare attivamente alle attività• Porre domande al facilitatore per chiarimenti• Ascoltare con rispetto gli altri senza interromperli• Rispettare le opinioni altrui	Carta e nastro adesivo
9:25 – 9:35	Aspettative e paure	<ul style="list-style-type: none">• Il facilitatore mostra al gruppo una lavagna a fogli mobili con due colonne: aspettative e paure.○ Il facilitatore chiede ai partecipanti di annotare su due diversi post-it le loro aspettative e paure in merito ai workshop;○ Una volta che i partecipanti hanno finito, il facilitatore chiede loro di apporre i foglietti in ogni colonna della lavagna;	Post-it colorati; penne e pennarelli; lavagna a fogli mobili.



		<ul style="list-style-type: none"> ○ Il facilitatore chiede a un volontario di leggere le aspettative e, a un altro, le paure; <p>NB: conservare la lavagna a fogli mobili fino alla fine del 2° workshop, al fine di tornare a questa fase e fare delle valutazioni in merito.</p>	
9:35 – 10:10	Attività di team building	<ul style="list-style-type: none"> ● I partecipanti sono divisi in due gruppi e ogni gruppo riceve una busta. ● Ciascuna busta contiene un compito da svolgere: <ul style="list-style-type: none"> ○ Gruppo 1: scegli un oggetto presente nella stanza e crea uno spot pubblicitario di trenta secondi (interessante, divertente, ecc.). ○ Gruppo 2: pensa a due modi alternativi per utilizzare un oggetto presente nella stanza. ● All'interno di ogni gruppo, viene chiesto di nominare una persona che è responsabile di prendere appunti di ogni passaggio. ● Una volta che i gruppi hanno finito, le due persone designate presentano una ad una gli spot. 	Buste, carta, penne.
10:10– 10:25	Debriefing	<p>Il facilitatore guida la riflessione di gruppo relativamente alle attività svolte finora, ponendo alcune domande:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Com'è andata l'attività? Quali ostacoli hai incontrato? 2. Com'era la dinamica di gruppo? 3. Quale ruolo pensi di aver assunto all'interno del gruppo? Sei un leader? 4. Pensi che il gruppo abbia lavorato senza difficoltà? In caso negativo, perché secondo te? <p>NB: queste domande sono solo degli esempi per il facilitatore per guidare il gruppo attraverso una profonda riflessione sulla giornata. Tieni presente che ognuno parla per sé e non a nome del gruppo!</p>	
10:25 -10:30	Sessione conclusiva	<ul style="list-style-type: none"> ● Terminare l'attività 	



		<ul style="list-style-type: none"> ○ I partecipanti danno un feedback sulla sessione ○ I partecipanti sono disposti in cerchio e, uno a uno, completano la frase "Ringrazio il gruppo per..." 	
--	--	---	--

Workshop "Sviluppare nuove idee"

1	Panoramica	<p>Titolo: Sviluppare nuove idee</p> <p>Questo workshop ha lo scopo di trasmettere alle donne poco qualificate conoscenze e strumenti per creare i propri progetti e capire come funziona il Business Model Canvas.</p> <p>Questo strumento permette di comprendere in modo semplice e intuitivo elementi complessi che incidono sul funzionamento di un'intera azienda. Ciò è possibile grazie al fatto che Canvas si basa su un linguaggio visivo veloce da imparare e accessibile a tutti, indipendentemente dal background professionale.</p> <p>Le attività di questo workshop hanno una durata complessiva di 90 minuti.</p>
2	Descrizione dello scopo	Il workshop mira a cogliere una panoramica del Business Model Canvas e della gestione strategica e a migliorare e ottimizzare processi specifici dell'azienda.
3	A chi è diretto?	<p>Il workshop è rivolto a donne poco qualificate in posizioni di vulnerabilità.</p> <p>Può essere adattato ad ogni gruppo - piccolo o grande. Tuttavia, un gruppo di 12 partecipanti può garantire un buon lavoro di gruppo in termini di facilitazione.</p>
4	Elenco dei risultati tangibili	<ol style="list-style-type: none"> 1. Conoscere il significato della gestione strategica 2. Conoscere il Business Model Canvas 3. Gestione del tempo 4. Analisi delle esigenze dei clienti
5	Caratteristiche di luogo e spazio	<ul style="list-style-type: none"> - Ampia stanza con un certo numero di sedie per consentire a tutti i partecipanti e al facilitatore di sedersi. - Connessione Wi-Fi



6	Struttura	<p>Il workshop è progettato per essere interattivo: il facilitatore dovrebbe coinvolgere attivamente i partecipanti per consentire scambi reciproci e l'apprendimento attraverso l'istruzione non formale.</p> <p>Esempio di struttura:</p> <p>Presentazione (10 minuti)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Introduzione al workshop (obiettivi e traguardi) • Breve presentazione del facilitatore <p>Coesione di gruppo (20 minuti)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Attività rompighiaccio • Regole di gruppo <p>Business Model Canvas (15 minuti)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Il facilitatore utilizza un Business Model Canvas "guidato" (viene fornito il PPT; disponibile a pagina 53) e passa in rassegna tutte le sezioni per spiegare ai partecipanti il contenuto e come svilupparlo. <p>Crea il tuo progetto (25 minuti)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Discussioni in piccoli gruppi • Presentazione in pubblico <p>Debriefing (15 minuti)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Domande del facilitatore • Domande dei partecipanti <p>Sessione di chiusura (5 minuti)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Feedback sulla sessione
----------	-----------	--

Piano Dettagliato Delle Attività "Sviluppare nuove idee"

Tempo	Attività	Descrizione dettagliata	Formato/Risorse necessarie
9:00 – 9:10	Introduzione	<ul style="list-style-type: none"> • Introduzione del workshop, nonché degli obiettivi e delle competenze che mira a sviluppare • Presentazione del facilitatore 	Lavagna e pennarelli colorati
9:10 – 9:25	Rompighiaccio	<ul style="list-style-type: none"> • Il gruppo si trova in cerchio; il facilitatore distribuisce a ciascun partecipante fogli e penne. 	Musica, carte, pennarelli, nastro adesivo



		<ul style="list-style-type: none">• Ogni partecipante scrive tre cose su di sé, due vere e una falsa.• Una volta che la musica inizia, le partecipanti girano per la stanza, parlando tra loro e fanno domande su ciò che c'è scritto sui fogli;• Devono scoprire qual è la dichiarazione falsa;• Quando la musica si ferma, il gruppo si alza di nuovo in cerchio;	
9:25 – 9:30	Regole di gruppo	<p>Il facilitatore spiega al gruppo le regole del workshop:</p> <ul style="list-style-type: none">• Mantenere una mente aperta• Partecipare attivamente alle attività• Porre domande al facilitatore per chiarimenti• Ascoltare con rispetto gli altri senza interromperli• Rispettare le opinioni altrui	Carta, pennarelli e nastro adesivo
9:30 – 9:45	Business Model Canvas	<ul style="list-style-type: none">• Il facilitatore presenta le sezioni del Business Model Canvas	Computer portatile; lavagne a fogli mobili; pennarelli
9:45 – 10:10	Crea il tuo progetto	<ul style="list-style-type: none">• I partecipanti sono divisi in due gruppi: ogni gruppo riceve un dossier in cui viene riportata una specifica tematica legata al mercato del lavoro. Ecco due esempi:<ol style="list-style-type: none">1) Necessità di un posto multiservizio per le famiglie del quartiere2) Bando del comune per candidarsi a progetti relativi alla riqualificazione di aree pubbliche• Ad ogni gruppo viene chiesto di sviluppare un'analisi e una strategia per il proprio progetto, utilizzando il Business Model Canvas.• Una volta finito, ogni gruppo presenta il proprio progetto.• Ogni gruppo fornisce un feedback sul progetto degli altri.	Buste; carta; penne;



10:10 – 10:25	Debriefing	<p>Il facilitatore guida la riflessione di gruppo relativamente alle attività svolte finora, ponendo alcune domande:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Com'è andata l'attività? Quali ostacoli hai incontrato?2. Com'era la dinamica del gruppo?3. Quali ostacoli hai incontrato nell'utilizzo del Business Model Canvas? <p>NB: queste domande sono solo degli esempi per il facilitatore per guidare il gruppo attraverso una profonda riflessione sulla giornata. Tieni presente che ognuno parla per sé e non per l'intero gruppo!</p>	
10:25 – 10:30	Sessione conclusiva	<ul style="list-style-type: none">• Terminare l'attività<ul style="list-style-type: none">○ I partecipanti danno un feedback sulla sessione○ I partecipanti sono disposti in cerchio e, uno per uno, completano la frase "Ringrazio il gruppo per..."	



2021-1-BG01-KA220-ADU-000033670



Progetto UPCOMING WOMEN

**Empowerment delle donne poco qualificate
attraverso competenza globale e mentorship**

Workshops Sperimentali

Competenze Digitali



Redatto da EILD - Ottobre 2022

Il supporto della Commissione europea per la produzione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti che riflettono solo le opinioni degli autori e la Commissione non può essere ritenuta responsabile per qualsiasi uso che possa essere fatto delle informazioni in essa contenute.



Workshop “Migliorare le competenze digitali”

1	Panoramica	<p>Titolo: Migliorare le competenze digitali</p> <p>Quadro: questo workshop mira ad aiutare i partecipanti, ovvero donne poco qualificate, a migliorare le loro competenze digitali. Questo workshop si svolge in combinazione con gli altri workshop del medesimo progetto e ha il loro stesso impatto.</p> <p>Durata: 90 minuti</p> <p>Obiettivi principali: incentivare la fornitura di informazioni relative all'uso di dispositivi digitali, applicazioni di comunicazione e reti informatiche.</p> <p>Risultati: sviluppare le competenze digitali delle donne poco qualificate e sensibilizzare su questioni relative a questo settore.</p>
2	Descrizione dello scopo	<p>Questo workshop contribuirà a potenziare le competenze digitali delle donne poco qualificate. In questo modo, il target sarà in grado di migliorare le opportunità di occupabilità, poiché la valorizzazione delle competenze digitali porterà a una maggiore qualificazione e preparazione in un mercato del lavoro e un ambiente competitivi. Inoltre, il rafforzamento delle competenze digitali aiuterà il target anche a sviluppare maggiore adattabilità per quanto riguarda le attività quotidiane: imparare a utilizzare i dispositivi digitali è una parte indispensabile della società e degli attuali luoghi di lavoro.</p>
3	A chi è diretto?	<p>Questo workshop è rivolto alle donne poco qualificate che si trovano in una posizione vulnerabile.</p> <p>Sono ammessi un minimo di 5 partecipanti e un massimo di 15.</p>
4	Elenco dei risultati tangibili	<p>Il workshop riuscirà a:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Valorizzare le competenze digitali dei partecipanti 2. Fornire informazioni essenziali su dispositivi, piattaforme e strumenti digitali 3. Sensibilizzazione alla bassa percentuale di donne nel settore delle TIC
5	Caratteristiche di luogo e spazio	<p>Il workshop è progettato per essere svolto di persona. In caso di difficoltà, è prevista una disposizione per condurlo anche online. Lo spazio deve includere un massimo di 15 sedie. La connessione Wi-Fi è essenziale, in quanto saranno organizzate delle presentazioni relative alle competenze digitali. Il workshop avrà anche una dimensione interattiva, poiché il coinvolgimento dei partecipanti è il nucleo principale del processo.</p>
6	Struttura	<p>Sessione introduttiva (10 minuti):</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Introduzione/Obiettivo del workshop/Attività di preparazione <p>Coesione di gruppo (25 minuti):</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Conoscersi a vicenda/Rompere il ghiaccio tramite i racconti dei partecipanti (da dove provengono, cosa sperano di ottenere e imparare, ecc.) ▪ Stabilire alcune regole di gruppo vitali ed essenziali <p>Sviluppo delle conoscenze (40 minuti):</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Presentazioni e discussioni di gruppo tramite due modelli: <ol style="list-style-type: none"> 1. Schema rigoroso di domande e risposte 2. Discussione libera ▪ Condivisione dei propri pensieri sui dispositivi digitali.



		<p>Sessione di chiusura (15 minuti)</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Breve riassunto degli obiettivi del workshop e delle riflessioni. ▪ Feedback dei partecipanti in merito al workshop.
--	--	---

Piano Dettagliato Delle Attività “Migliorare le competenze digitali”

Tempo	Attività	Descrizione dettagliata	Formato/Risorse necessarie
9.00 – 9.10	Sessione introduttiva	<p>A. Introduzione del progetto UPCOMING Women e degli obiettivi del workshop</p> <p>Presentazione del progetto e dello scopo del workshop in PPT tramite un proiettore.</p> <p>B. Presentazione del moderatore/formatore</p> <p>Il moderatore si presenta ai partecipanti.</p> <p>C. Attività di preparazione:</p> <p>ogni partecipante condivide (verbalmente) i risultati attesi per questo workshop utilizzando solo una frase.</p>	Proiettore
9.10 – 9.35	Coesione di gruppo	<p>A. Ogni partecipante scrive il proprio nome su un foglio di carta realizzando dei disegni creativi.</p> <p>B. I partecipanti condividono le loro storie riguardanti il loro Paese di origine e i loro interessi.</p> <p>C. Per il regolare funzionamento del workshop è necessario stabilire delle regole, come il divieto di linguaggio irrispettoso.</p>	Fogli e pennarelli; lavagna
9.35 – 10.15	Sviluppo delle conoscenze	<p>A. Presentare un PPT focalizzato sui benefici delle competenze digitali nella vita sociale e professionale delle donne.</p> <p>B. I partecipanti sono invitati a porre domande al moderatore, seguendo lo schema prestabilito.</p> <p>C. I partecipanti hanno la possibilità di condurre una discussione aperta e fornire un feedback sulla presentazione.</p>	Proiettore



		D. I partecipanti forniscono 6 caratteristiche positive (3 per ogni dimensione) sui dispositivi digitali per quanto riguarda il loro impatto sulla vita sociale e professionale delle donne. Vengono incoraggiati a metterli per iscritto.	Dispositivo digitale (davanti ai partecipanti) Fogli bianchi e pennarelli
10.15 – 10.30	Sessione conclusiva	A. Il moderatore fornisce un breve riassunto di ciò che è stato detto durante il seminario, ponendo anche domande al fine di garantire che i partecipanti comprendano gli obiettivi. B. Ogni partecipante fornisce un feedback sulla qualità del processo scrivendo una parola sulla lavagna per descrivere il workshop.	Lavagna e pennarelli

Workshop

“Uso e applicazione di strumenti digitali per professionisti”

1	Panoramica	<p>Titolo: Uso e applicazione di strumenti digitali per professionisti</p> <p>Quadro: l'obiettivo di questo workshop è aiutare i partecipanti professionisti a migliorare la loro conoscenza sull'utilizzo e sull'applicazione degli strumenti digitali nel contesto delle loro interazioni con le donne poco qualificate. Questo workshop avrà lo stesso impatto di tutti gli altri; pertanto, verrà condotto in combinazione con essi.</p> <p>Durata: 90 minuti</p> <p>Obiettivi principali: sviluppare il processo di formazione dei professionisti per l'uso e l'applicazione delle tecnologie digitali e delle applicazioni di comunicazione in modo che possano collaborare con donne poco qualificate e/o in situazioni di vulnerabilità.</p> <p>Risultati: migliorare le conoscenze dei partecipanti in relazione all'uso degli strumenti digitali e rafforzare le loro competenze di applicazione di tali strumenti.</p>
2	Descrizione dello scopo	<p>Questo workshop contribuirà a rafforzare le conoscenze e le competenze dei professionisti per quanto riguarda l'uso e l'applicazione di strumenti digitali in contesti di interazione con donne poco qualificate e/o in posizioni vulnerabili.</p> <p>Attraverso questo workshop, i professionisti miglioreranno la loro conoscenza degli strumenti digitali, sia in termini di utilizzo che di applicazione. Saranno quindi in grado di utilizzare gli strumenti digitali appropriati per interagire con le donne target sotto diversi aspetti: monitoraggio, formazione e comunicazione. Al di là del contesto professionale, questa conoscenza può essere molto utile nel quotidiano, considerando l'importanza della tecnologia nelle nostre vite.</p>



3	A chi è diretto?	Professionisti che lavorano con donne poco qualificate che si trovano in situazioni vulnerabili. Il workshop è limitato a un minimo di 5 e un massimo di 15 partecipanti.
4	Elenco dei risultati tangibili	Il workshop mira a: <ol style="list-style-type: none">1. Migliorare la capacità dei partecipanti di utilizzare strumenti digitali nel loro ambiente di lavoro2. Fornire ai partecipanti (professionisti) informazioni essenziali su dispositivi digitali, piattaforme e strumenti che potrebbero essere utilizzati quando interagiscono con i beneficiari (donne poco qualificate/in posizioni vulnerabili)3. Contribuire alla selezione adeguata di strumenti digitali appropriati caso per caso
5	Caratteristiche di luogo e spazio	Il workshop è progettato per essere svolto di persona. In caso di imprevisti, vi è anche la possibilità di condurlo in formato online. Lo spazio utilizzato deve includere un massimo di 15 sedie. Tutti i partecipanti dovrebbero avere una visione diretta della lavagna e anche del moderatore. Inoltre, saranno necessari dei tablet (circa 15; uno per partecipante, se si raggiunge il numero massimo), che i partecipanti dovranno utilizzare per diverse attività. Inoltre, è necessario l'accesso al Wi-Fi per la condivisione delle presentazioni e dei video sugli strumenti digitali. Poiché l'interazione dei partecipanti è l'obiettivo principale di questo processo, il workshop prevede anche una componente interattiva.
6	Struttura	Sessione introduttiva (10 minuti): <ul style="list-style-type: none">● Introduzione/Obiettivo del workshop/Preparazione Coesione di gruppo (25 minuti): <ul style="list-style-type: none">● I partecipanti rompono il ghiaccio presentandosi (da dove provengono, cosa sperano di ottenere e imparare, ecc.)● È necessario stabilire alcune norme cruciali e necessarie per il gruppo. Sviluppo delle conoscenze (40 minuti): <ul style="list-style-type: none">● Presentazioni e discussioni di gruppo tramite due modelli:<ol style="list-style-type: none">1. Schema rigoroso di domande e risposte2. Discussione libera● Condivisione di pensieri, preoccupazioni e ansie. Sessione di chiusura (15 minuti) <ul style="list-style-type: none">● Breve riassunto degli obiettivi del workshop e delle riflessioni● Feedback dei partecipanti in merito al workshop



Piano Dettagliato Delle Attività “Uso e applicazione di strumenti digitali per professionisti”

Tempo	Attività	Descrizione dettagliata	Formato/Risorse necessarie
9.00 – 9.10	Sessione introduttiva	Presentazione del progetto UPCOMING Women. Presentazione dell'obiettivo del workshop. Presentazione del moderatore/formatore. Attività di preparazione: i partecipanti sono incoraggiati ad annotare le loro aspettative utilizzando al massimo 10 parole.	Lavagna Il moderatore sta al centro del cerchio per presentare sia sé stesso/a che l'obiettivo specifico del workshop tramite la proiezione di alcune presentazioni. Tablet
9.10 – 9.35	Coesione di gruppo	Ciascun partecipante crea un disegno unico per il proprio nome sul tablet. I partecipanti, sempre seduti in cerchio, condividono le loro esperienze di lavoro, doveri e interazioni con donne poco qualificate o/e in posizioni vulnerabili. Per garantire il regolare funzionamento del workshop è necessario stabilire delle regole, come il divieto di linguaggio irrispettoso.	Tablet
9.35 – 10.15	Sviluppo delle conoscenze	I partecipanti sono invitati a porre delle domande al moderatore e a rispondere a loro volta a delle domande per rafforzare il loro senso di sicurezza, seguendo lo schema prestabilito. Inoltre, i partecipanti hanno l'opportunità di condurre liberamente una discussione aperta per esprimersi e condividere una serie di pratiche professionali che potrebbero essere implementate utilizzando i principali strumenti digitali in diversi casi di studio. Più specificamente, questa fase comprende i seguenti passaggi: A. Il moderatore condivide una presentazione per mostrare una serie di strumenti e app digitali. Inoltre, condivide i dettagli relativi all'uso e all'applicazione di tali strumenti. B. Segue una breve sessione, che comprende risposte e chiarimenti alle domande dei professionisti. C. Vengono condivisi brevi video che includono i dettagli di almeno 5 casi di donne poco qualificate. D. A questo punto, ogni partecipante ha la possibilità di sviluppare una strategia a 5 punti su misura per i casi di donne poco qualificate	Lavagna/Proiettore/Tablet



		<p>mostrati, utilizzando alcuni degli strumenti e app digitali precedentemente presentati.</p> <p>E. Infine, la strategia di ciascun partecipante può essere condivisa in una discussione aperta e il moderatore può fornire il suo feedback.</p>	
10.15 – 10.30	Sessione conclusiva	Ogni partecipante offre un feedback sull'efficacia del workshop. Il moderatore pone alcune domande per assicurarsi che i partecipanti abbiano compreso gli obiettivi del seminario, fornendo al contempo un breve riassunto di quanto appreso.	Ogni partecipante scrive una parola per descrivere il workshop sulla lavagna.



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



2021-1-BG01-KA220-ADU-000033670



Progetto **UPCOMING WOMEN**

**Empowerment delle donne poco qualificate
attraverso competenza globale e mentorship**

Workshops Sperimentali

Risorse supplementari



Il supporto della Commissione europea per la produzione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti che riflettono solo le opinioni degli autori e la Commissione non può essere ritenuta responsabile per qualsiasi uso che possa essere fatto delle informazioni in essa contenute.



MITO O FATTO?

1. Le donne ora occupano più posizioni di potere che mai e le voci delle donne vengono finalmente ascoltate. M F
2. Sono state stabilite leggi per garantire i diritti delle donne. M F
3. Il femminismo è per le donne bianche e benestanti. M F
4. Le recenti campagne per i diritti delle donne come #MeToo riflettono le preoccupazioni occidentali e non sono rilevanti in altre parti del mondo. M F
5. L'impatto del Covid-19 è condiviso equamente da donne e uomini. M F
6. Il divario retributivo di genere è una finzione che manipola le statistiche e una falsa agenda per il cambiamento. M F
7. Gli uomini subiscono violenza nella loro vita tanto quanto le donne. M F
8. Anche gli uomini si ammalano, spesso con condizioni simili. C'è un'enfasi eccessiva sulla salute delle donne. M F
9. Non c'è molto che una persona possa fare per cambiare lo stato dei diritti delle donne.



Scenario

Maria è disoccupata da quasi un anno e sta cercando un lavoro. Dieci giorni fa è andata a fare un colloquio per il lavoro dei suoi sogni: era esattamente quello che stava cercando! Tutto è andato bene e le è stato offerto il posto. L'azienda le ha chiesto di avere un incontro con il signor Wladstock, l'ufficiale del personale, per firmare il suo contratto. Durante il colloquio aveva già discusso dei suoi doveri e di altre questioni relative al lavoro. Proprio mentre Maria stava per firmare il contratto, il signor Wladstock ha detto che una condizione del lavoro era che firmasse una dichiarazione che non avrebbe avuto un bambino per i prossimi due anni.

Sette passi per il pensiero critic

1. Identifica il problema: poniti domande come:
 - Cosa sta succedendo?
 - Perché sta succedendo?
 - Quali ipotesi sto facendo?
 - A prima vista, come penso che possiamo risolvere questo problema??
2. Ricerca: raccogliere informazioni relative al problema, inclusi dati, statistiche, informazioni storiche sul progetto, input del team e altro ancora. Assicurati di raccogliere informazioni da una varietà di fonti, soprattutto se tali fonti vanno contro le tue idee personali su quale sia il problema o su come risolverlo.
3. Determinare la pertinenza dei dati. Chiedilo a te stesso:
 - Quanto sono affidabili queste informazioni?
 - Quanto è significativa questa informazione?
 - Queste informazioni sono obsolete? È specializzato in un campo specifico?
4. Fai domande:
 - Sto facendo delle supposizioni su queste informazioni?
 - Ci sono altre variabili che non ho considerato?
 - Ho valutato le informazioni da ogni prospettiva?
 - Ci sono punti di vista che mi sono perso?
5. Identificare la soluzione migliore: per identificare la soluzione migliore, tracciare connessioni tra cause ed effetti.
6. Presenta la tua soluzione. La comunicazione è un'abilità chiave per i pensatori critici.
7. Analizza la tua decisione. Dopo aver implementato la tua decisione, valuta se è stata efficace o meno. Ha risolto il problema iniziale? Quali lezioni, positive o negative, puoi imparare da questa esperienza per migliorare il tuo pensiero critico per la prossima volta

Business Model Canvas

Designed for:

Nome della start-up

Designed by:








Nome1, Nome2, ...

Date:

GG/MM/AAAA

Version:

X.Y

<p>Key Partners </p> <p>Chi sono i partner principali? Chi sono i fornitori principali? Quali sono le risorse principali che acquisiamo da ogni partner? Quali attività chiave svolgono i partner? MOTIVAZIONI PER I PARTENARIATI: ottimizzazione ed economia, riduzione del rischio e dell'incertezza, acquisizione di particolari risorse e attività</p>	<p>Key Activities </p> <p>Quali attività principali sono richieste dalla nostra proposta di valore? E i nostri canali di distribuzione? Relazioni con la clientela? Flussi di ricavi? CATEGORIE: produzione, problem-solving, piattaforma/rete</p>	<p>Value Propositions </p> <p>Quale valore forniamo al cliente? Quali problemi dei clienti stiamo aiutando a risolvere? Quali pacchetti di prodotti e servizi offriamo a ciascun segmento di clientela? Quali sono le esigenze dei clienti che riusciamo a soddisfare? CARATTERISTICHE: novità, prestazioni, personalizzazione, "portare a termine il lavoro", progettazione, brand/status, prezzo, riduzione dei costi, riduzione del rischio, accessibilità, convenienza/usabilità</p>	<p>Customer Relationships </p> <p>Secondo i nostri segmenti di clientela, quale tipo di relazione dovremmo stabilire e mantenere con loro? Quali abbiamo stabilito? In che modo si integrano con il resto del nostro modello di business? Qual è il loro costo?</p>	<p>Customer Segments </p> <p>Per chi stiamo creando valore? Chi sono i nostri clienti più importanti? La nostra base di clienti è una piattaforma di mercato di massa, di nicchia, segmentata, diversificata o sfaccettata?</p>
<p>Cost Structure </p> <p>Quali sono i costi più importanti inerenti al nostro modello di business? Quali risorse principali sono più costose? Quali attività chiave sono più costose? IL TUO BUSINESS E' PIU': guidato dal costo (struttura dei costi più snella, proposta di valore a basso prezzo, massima automazione, ampio outsourcing), guidata dal valore (focalizzato sulla creazione di valore, proposta di valore premium). CARATTERISTICHE DEL CAMPIONE: costi fissi (stipendi, affitti, utenze), costi variabili, economie di scala, economie di scopo</p>	<p>Revenue Streams </p> <p>Per quale valore i nostri clienti sono realmente disposti a pagare? Per cosa pagano attualmente? Come stanno pagando? Come preferirebbero pagare? In che misura ciascun flusso di ricavi contribuisce alle entrate complessive? TIPOLOGIE: Vendita di beni, Commissione di utilizzo, Commissioni di abbonamento, Prestito/Noleggio/Leasing, Licenze, Commissioni di intermediazione, Pubblicità PREZZO FISSO: Prezzo di listino, Dipendente dalle caratteristiche del prodotto, Dipendente dal segmento cliente, Dipendente dal volume PREZZO DINAMICO: Negoziazione (contrattazione), Gestione dei rendimenti, Mercato in tempo reale</p>			