



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



# KIT DI STRUMENTI PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE DIGITALI PER I GIOVANI NEET PER AUMENTARE L'OCCUPABILITA'



## R2 : STRUMENTO DI FORMAZIONE DELLE COMPETENZE DIGITALI

2021-2-TR01-KA220-YOU-000047996



# Kit di strumenti per lo sviluppo delle competenze digitali per i giovani NEET per aumentare l'occupabilità

---

## **STRUMENTO DI FORMAZIONE SULLE COMPETENZE DIGITALI**

**Design a cura di**

ESICA (Austria)

### **Partnership di progetto**

Science and Human Foundation (Turchia)

Euro-Net (Italia)

Indepcie SCA (Spagna)

ESICA (Austria)

### **Coordinatore di progetto**

Science and Human Foundation (Turchia)

Il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute.



# Indice dei contenuti

- 04 Introduzione**
- 07 Capitolo I**  
Come sviluppare un sé digitale
- 23 Capitolo II**  
Creazione di contenuti autentici e coinvolgenti
- 45 Capitolo III**  
Trovare e utilizzare informazioni rilevanti per lo sviluppo della carriera.
- 64 Capitolo IV**  
Migliorare le prestazioni digitali e il lavoro di squadra virtuale
- 78 Capitolo V**  
Creazione di un portfolio digitale e formazione online
- 95 Capitolo VI**  
Gestione del tempo online
- 108 Capitolo VII**  
Raggiungere gli obiettivi
- 124 Capitolo VIII**  
Creare, organizzare e condividere risorse digitali
- Capitolo VIII**  
Creare, organizzare e condividere risorse digitali

## Introduction

Il Toolkit per la formazione sulle competenze digitali è stato sviluppato in base ai risultati dell'analisi dei bisogni condotta nell'ambito del "Digital skills training framework" (R1). Attraverso un sondaggio, il partenariato Digi4You ha raccolto 100 risposte per Paese (Turchia, Spagna, Austria, Italia), per un totale di 400 intervistati. Successivamente, abbiamo raccolto le loro risposte per redigere un'analisi comparativa dei bisogni della situazione recente dei giovani formatori e delle loro esigenze e aspettative dal progetto "Digi4You"



Nell'analisi dello status educativo e occupazionale della fascia d'età 18-24 anni contenuta, nel rapporto Education at a Glance 2022 pubblicato dall'OCSE, si nota che i tassi nazionali della distribuzione dei giovani che non svolgono alcun lavoro e non sono coinvolti in alcuna attività di istruzione e formazione, che chiamiamo NEET, sono i seguenti: Turchia 32,2%, Italia 27,1%, Spagna 20,3% e Austria 11,6%.

È inoltre degno di nota il fatto che il tasso di giovani non NEET e non coinvolti in attività di istruzione/formazione e lavoro è del 27,7% in Turchia, del 19,0% in Italia, del 17,6% in Spagna e del 38,0% in Austria. La disoccupazione di lunga durata di questi giovani comporta il rischio di un disimpegno a lungo termine dal mercato del lavoro. Questo, purtroppo, significa che l'aumento del tasso di NEET sarà probabilmente elevato nei prossimi anni.

Dopo la crisi del 2008, il tasso di NEET ha raggiunto un picco nel primo trimestre del 2013 e ha avuto una tendenza alla diminuzione prima di Covid-19. Ha iniziato a salire con il nuovo shock creato dalla crisi della pandemia.



## Conclusioni dell'indagine (R1)

---

L'indagine ha fornito al consorzio "Digi4You" le seguenti informazioni:

436 coordinatori giovanili hanno partecipato alla nostra ricerca; sono emersi i temi della partecipazione professionale, delle risorse digitali, dell'insegnamento e dell'apprendimento, della misurazione e della valutazione, dell'empowerment dei giovani NEET e del sostegno e sviluppo delle competenze digitali dei NEET.

Il fatto che il 70% dei partecipanti abbia almeno una laurea indica che possono ottenere i massimi risultati dalla formazione.

I partecipanti, le cui percentuali di successo sono superiori al 50% per quanto riguarda l'incoraggiamento della comunicazione e della cooperazione, l'uso efficiente della tecnologia e delle risorse online negli ambienti di istruzione-apprendimento, il tutoraggio e l'orientamento, attribuiscono grande importanza alla certificazione postformazione.

È fondamentale considerare questioni come lo sviluppo delle capacità di auto-riflessione dei giovani NEET, il rafforzamento della loro credibilità, l'incoraggiamento della cooperazione all'interno del gruppo, la promozione dell'accesso al mercato del lavoro e la promozione della creatività. I coordinatori dei giovani richiamano l'attenzione sulla comunicazione e la collaborazione, la ricerca online, l'informazione e l'alfabetizzazione dei dati, la creazione di contenuti digitali e la gestione dei social media come competenze digitali considerate essenziali per i giovani NEET.

I partecipanti hanno affermato che esempi pratici/casi, video e formazione online sono tra i materiali più importanti per lo sviluppo delle competenze personali e digitali di cui sopra e hanno sottolineato l'importanza di rafforzare gli esercizi con un'applicazione mobile e una piattaforma di formazione a distanza.



## Contenuti

---

Il "kit di formazione sulle competenze digitali" è suddiviso in 8

capitoli: Capitolo I: Come sviluppare un'autostima digitale

Capitolo II: Creazione di contenuti autentici e coinvolgenti

Capitolo III: Trovare e utilizzare le informazioni rilevanti per lo sviluppo della

carriera Capitolo IV: Migliorare le prestazioni digitali e il lavoro di squadra virtuale

Capitolo V: Creazione di un portfolio digitale e formazione

online Capitolo VI: Gestione del tempo online

Capitolo VII: Raggiungere gli obiettivi

Capitolo VIII: Creazione, organizzazione e condivisione di risorse digitali

Ogni capitolo contiene:

Panoramica del corso;

Materiale necessario per l'attuazione del piano didattico;

Descrizione del gruppo target e dei potenziali beneficiari del corso; Durata prevista del corso;

Risultati dell'apprendimento (abilità, conoscenze o competenze che il discente acquisirà);

Analisi dei bisogni (rilevanza per i

NEET); Procedura;

Risorse utili (articoli, video, link, ecc.); Conclusione.

Il TOOLKIT si rivolge a insegnanti, formatori, direttori scolastici, consulenti psicologici e accademici nella formazione degli insegnanti, nei centri di istruzione e nelle ONG educative per lo sviluppo personale. Mira a promuovere una maggiore consapevolezza della formazione sulle competenze digitali per i giovani formatori, considerando la mancanza di materiali esistenti per le soluzioni di sviluppo delle competenze digitali per scopi educativi e pratiche di lavoro.

Inoltre, fornisce una formazione specializzata per i giovani formatori che desiderano potenziare le proprie competenze in materia di sviluppo delle abilità digitali, creazione di contenuti digitali, apprendimento digitale, lavoro di squadra digitale, gestione del tempo, miglioramento della fiducia e raggiungimento degli obiettivi.



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



# CAPITOLO I

## COME SVILUPPARE UN SE' DIGITALE?



### R2: STRUMENTO DI FORMAZIONE SULLE COMPETENZE DIGITALI

2021-2-TR01-KA220-YOU-000047996





## Come sviluppare un sé digitale?

Sviluppato dalla Fondazione Scienza e Uomo (Turchia)

### Panoramica del corso

Le tecnologie di comunicazione digitale hanno avuto un grande impatto e hanno cambiato il modo in cui le persone interagiscono nella loro vita personale e sociale. L'uso diffuso di telefoni cellulari e applicazioni mobili ha reso il mondo digitale e i social network

una presenza costante nella vita quotidiana delle persone. Sebbene l'impegno sulle piattaforme dei social media, come seguire, apprezzare, commentare e condividere, sia importante, è anche fondamentale considerare il modo in cui ci si presenta attraverso il nome, l'immagine o i commenti scelti. Si osserva che gli individui possono presentarsi in modo diverso nel mondo virtuale rispetto al mondo reale.

In questo capitolo, ci proponiamo di fornire attività che possano aiutare gli operatori giovanili, i formatori e i coordinatori a sviluppare un sé digitale per i giovani che non frequentano corsi di formazione e lavoro. Queste attività si concentrano sulla creazione di un impatto positivo sui partecipanti, insegnando loro l'importanza del personal branding nella creazione di un sé digitale e come mantenere un marchio personale unico online.

I partecipanti impareranno a connettersi con gli altri, a espandere la propria rete, a sviluppare relazioni significative e a ottenere intuizioni e opportunità preziose.

Impareranno inoltre a garantire che la loro presenza online sia aggiornata, sicura e priva di contenuti negativi, comprendendo l'importanza di sperimentare diverse piattaforme, creare contenuti e impegnarsi in conversazioni significative.

Ciascuna delle cinque attività comprende obiettivi, durata, materiali e istruzioni da seguire

per operatori giovanili, formatori e coordinatori.

Queste attività possono essere utilizzate in contesti educativi formali e non formali e richiedono che tutti i partecipanti si connettano online attraverso una piattaforma digitale, poiché l'obiettivo principale di questo capitolo è lo sviluppo di un sé digitale.



## Come sviluppare il sé

### **Materiale necessario**

Per svolgere le attività presentate in questa sezione, i partecipanti avranno bisogno solo di un dispositivo elettronico (laptop, tablet, smartphone) che permetta loro di connettersi online attraverso una piattaforma online come Zoom, che consentirà loro di entrare nelle sale di discussione dei membri del gruppo.

Potranno anche lavorare su piattaforme sociali con questi dispositivi, dato che alcune formazioni saranno anche faccia a faccia.

### **Gruppo target**

Il pubblico a cui si rivolge questo programma comprende operatori giovanili, formatori e coordinatori, nonché personale di organizzazioni educative non governative che si occupano di sviluppo personale. Particolare attenzione sarà data ai formatori con disabilità fisiche o difficoltà di apprendimento, nonché a coloro che lavorano con giovani rifugiati o immigrati.

I beneficiari del programma saranno i giovani che non hanno un'istruzione, un lavoro o una formazione, così come i giovani studenti dei centri di formazione, dei centri di apprendimento permanente e di altri fornitori di istruzione non formale, nonché i rappresentanti delle organizzazioni non governative e gli esperti del settore.

### **Durata**

Alla fine di questo capitolo, il formatore guiderà i giovani a : Tutte le attività presentate in questo capitolo avranno una durata totale di quattro ore e 20 minuti al massimo, a seconda delle dimensioni dei gruppi. Tuttavia, le attività non sono sequenziali e possono essere alternate in diverse sessioni.

Per ciascuna delle attività presentate di seguito, sarà specificata la durata stimata.



## How to develop a digital self ?

### Risultati dell'apprendimento

Alla fine di questo capitolo, il formatore guiderà i giovani a:

Comprendere l'importanza di creare un ambiente virtuale efficace e i vantaggi degli strumenti di comunicazione virtuale.

Acquisire una migliore misurazione delle competenze digitali e imparare a creare un impatto positivo e uno spirito di squadra.

Migliorare le capacità di comunicazione, l'empatia e la creatività e favorire le relazioni tra i membri del team.

Comprendere l'importanza del personal branding e imparare a creare, mantenere e aggiornare un marchio personale unico online.

Comprendere il ruolo dell'avatar e del nome utente nel personal branding e imparare a creare contenuti che riflettano valori e interessi.

Imparare a connettersi con gli altri per ampliare la rete, creare relazioni significative e ottenere intuizioni e opportunità preziose.

Imparare a gestire un sé digitale per garantire che sia aggiornato, sicuro e privo di contenuti negativi, e sperimentare diverse piattaforme per sviluppare un sé digitale come processo continuo.





### Analisi dei bisogni

Come si legge nel rapporto dell'indagine condotta dai partner di Digi4you, con l'avvento del XXI secolo e di nuovi concetti, come l'internet delle cose, i luoghi di lavoro virtuali e il lavoro di squadra online sono diventati competenze molto più critiche richieste ai dipendenti e ai giovani.

Dopo la crisi del 2008, il tasso di NEET ha raggiunto un picco nel primo trimestre del 2013 e prima della Covid-19 aveva una tendenza al ribasso. Ha iniziato a salire con il nuovo shock creato dalla pandemia della Covid-19.

Quando si esamina l'analisi dei bisogni; per Come trovare e utilizzare le risorse (online) che sono utili per la pianificazione delle lezioni e l'insegnamento, Come promuovere l'accesso al mercato del lavoro, Come utilizzare Internet e i dispositivi mobili come valore aggiunto nelle situazioni di apprendimento invece che come fonte di disturbo all'interno dei temi principali di Come sviluppare le capacità di auto-riflessione degli studenti, Gestione dei social media (a livello personale o aziendale), Alfabetizzazione all'informazione e ai dati, Creazione di contenuti digitali, Personal branding (marketing personale attraverso i social media...), Portfolio online, E-marketing, Imprenditorialità digitale, Capacità di ricerca online, è necessaria innanzitutto una conoscenza digitale completa...), portfolio online, e-marketing, imprenditorialità digitale, capacità di ricerca online, è necessaria innanzitutto una conoscenza digitale completa di sé.

Per avere professioni digitali riconosciute a livello internazionale e le competenze digitali che richiedono, la formazione dovrebbe essere organizzata attraverso piattaforme digitali e dovrebbe essere fornita una certificazione. Dovrebbe essere incoraggiato l'utilizzo di piattaforme formative inter-nazionali. In questo senso, è evidente l'importanza della formazione online e di quella faccia a faccia.

Inoltre,

1) Sviluppo delle competenze digitali:

Sviluppare un sé digitale

Migliorare le prestazioni digitali e il lavoro di squadra

virtuale Gestione del tempo online

Raggiungere gli obiettivi

Trovare e utilizzare informazioni

rilevanti per lo sviluppo della

carriera.

2) Sviluppo di contenuti digitali:

Creazione di contenuti autentici e coinvolgenti

Creazione di un portfolio digitale e formazione online

Anche la creazione, l'organizzazione e la condivisione di risorse digitali sono competenze evidenziate dal rapporto di analisi dei bisogni.



### Procedura

Il sé digitale si riferisce alla rappresentazione dell'identità e della personalità di un individuo online, attraverso la sua impronta digitale. Questo può includere il suo profilo online, la sua presenza sui social media e i contenuti che ha creato e condiviso online. Il sé digitale viene creato attraverso l'uso di tecnologie digitali come i social media, le piattaforme online e i dispositivi mobili, che consentono agli individui di esprimersi e di connettersi con gli altri online.

Include tutte le informazioni che una persona condivide online, come i suoi gusti, le sue preferenze, le sue opinioni e le sue informazioni personali. Include anche informazioni come i siti web visitati, i contenuti visualizzati e creati e le interazioni con gli altri utenti online.

L'io digitale può essere uno strumento potente per l'espressione di sé, la comunicazione e la connessione, ma presenta anche dei rischi, come i problemi di privacy e il potenziale furto di identità digitale. È quindi importante che le persone siano consapevoli delle informazioni che condividono e di come proteggere il proprio io digitale.





### 1. Come creare un sé digitale?

**Objective** : To create a digital self for young people not in education and employment

**Duration** : 1-2 hours

**Materials** : Electronic devices and internet access

#### Instructions

Obiettivo : Creare un sé digitale per i giovani che non sono impegnati nell'istruzione e nell'occupazione

Durata : 1-2 ore

Materiali : Dispositivi elettronici e accesso a Internet

Istruzioni

1. Chiedete ai partecipanti di identificare i loro obiettivi personali e professionali, come la ricerca di un lavoro, la creazione di una rete di contatti con altri in un settore specifico o la costruzione di un marchio personale.
2. Incoraggiare i partecipanti a creare un marchio personale creando un indirizzo e-mail professionale, creando un curriculum e un portfolio e identificando le competenze chiave e i punti di forza da evidenziare.
3. Aiutare i partecipanti a scegliere le piattaforme digitali pertinenti che si allineano ai loro obiettivi e al loro marchio personale. Ad esempio, LinkedIn per il networking, Instagram o Behance per mostrare il proprio lavoro creativo.
4. Guidare i partecipanti a costruire una presenza sulle piattaforme scelte creando un profilo, collegandosi con gli altri e condividendo contenuti rilevanti.





5. Incoraggiare i partecipanti a impegnarsi con gli altri attraverso le piattaforme scelte, commentando, mettendo "mi piace" e condividendo contenuti rilevanti per costruire relazioni e aumentare la visibilità online.
6. Ricordate ai partecipanti di proteggere il proprio io digitale creando password forti, facendo attenzione alle informazioni condivise online e facendo attenzione a potenziali truffe o tentativi di phishing.
7. La creazione di un sé digitale richiede tempo e impegno, e l'aggiornamento e l'impegno regolari con le piattaforme scelte possono aiutare a costruire una presenza digitale forte e positiva.





## Come sviluppare il sé

### 2. Personal Branding

**Obiettivo:** comprendere l'importanza del personal branding nella creazione di un sé digitale e imparare a creare e mantenere un marchio personale unico online.

**Durata :** 30 minuti

**Materiali :** Dispositivi elettronici e accesso a Internet

#### Instruzioni

1. Spiegare ai partecipanti l'importanza del personal branding nella creazione di un sé digitale e come questo aiuti gli individui a distinguersi e a farsi riconoscere in uno spazio digitale affollato.
2. Guidare i partecipanti nella creazione di un avatar unico, come un logo o un'immagine del profilo, che sia appropriato, professionale e rappresenti il loro marchio personale.
3. Assistere i partecipanti nella scelta di un nome utente unico e riflessivo, facile da ricordare e da trovare online.
4. Incoraggiare i partecipanti a creare contenuti che riflettano i loro valori e interessi, come scrivere post sul blog, creare video o condividere foto, e che siano in linea con il loro marchio personale e di valore per gli altri.
5. Discutere l'importanza di gestire e curare attivamente l'io digitale, ad esempio aggiornando e coinvolgendo regolarmente le piattaforme scelte e facendo attenzione alle informazioni condivise online.
6. Sottolineare l'importanza di mantenere un'immagine coerente su tutte le piattaforme per creare un marchio personale forte e riconoscibile.
7. Si noti che il personal branding è uno sforzo continuo che richiede tempo, pazienza e un lavoro costante per mantenere un sé digitale forte e positivo.



### 3. Connettersi con gli altri

**Obiettivo :** imparare a connettersi con gli altri per i giovani che non lavorano e non studiano, per espandere la loro rete, stringere relazioni significative e ottenere preziose intuizioni e opportunità.

**Durata :** 30 minuti

**Materiali :** Dispositivi elettronici e accesso a Internet

#### Instruzioni



1. Spiegare ai partecipanti l'importanza di connettersi con gli altri per i giovani che non lavorano e non studiano, per espandere la loro rete di contatti, creare relazioni significative e ottenere preziose intuizioni e opportunità.
2. Guidare i partecipanti all'uso delle piattaforme di social media, come LinkedIn, Twitter e Facebook, per connettersi con persone che la pensano allo stesso modo, unirsi a gruppi e partecipare a discussioni.
3. Incoraggiare i partecipanti a unirsi a comunità online, come forum e tavoli di discussione, legate ai loro interessi, a porre domande e a condividere le proprie conoscenze ed esperienze.
4. Discutere i vantaggi di partecipare a eventi di persona, come eventi di networking, meetup e conferenze, per entrare in contatto con gli altri di persona.



5. Fornite informazioni sulle piattaforme di collaborazione come GitHub, Asana e Trello per lavorare da remoto e connettersi con persone che la pensano allo stesso modo.
6. Ricordate ai partecipanti l'importanza di essere autentici nelle loro interazioni con gli altri, di stabilire legami significativi e di essere onesti e genuini nelle loro conversazioni.
7. Si noti che il collegamento con gli altri è un processo continuo che richiede impegno e costanza per mantenere le relazioni, per essere rispettosi e professionali in tutte le interazioni e per essere consapevoli delle informazioni condivise.
8. Sottolineate i vantaggi di connettersi con gli altri, come l'acquisizione di informazioni preziose, la creazione di reti e l'apertura di nuove opportunità





## Come sviluppare un sé digitale?

### 4. Gestire il proprio sé digitale

**Obiettivo** : imparare a gestire un sé digitale per i giovani che non lavorano e non studiano, per garantire che la loro presenza online sia aggiornata, sicura e priva di contenuti negativi.

**Durata** : 30 minuti

**Materiali** : Dispositivi elettronici e accesso a Internet

#### Instruzioni

1. Spiegare ai partecipanti l'importanza di gestire un sé digitale per i giovani che non lavorano e non studiano, per garantire che la loro presenza online sia aggiornata, sicura e priva di contenuti negativi.
2. Guidare i partecipanti ad aggiornare regolarmente il loro profilo, assicurandosi che rifletta accuratamente le loro attuali competenze, esperienze e interessi e che sia rilevante e utile per gli altri.
3. Discutete dell'importanza di mantenere sicure le password, di usarne di forti e uniche e di cambiarle regolarmente, evitando di usare la stessa password per più account.
4. Incoraggiare i partecipanti a monitorare regolarmente la loro presenza online per assicurarsi che non vi siano contenuti negativi che possano danneggiare la loro reputazione personale o professionale, e prendere provvedimenti per affrontarli se necessario.





5. Ricordate ai partecipanti di prestare attenzione alle informazioni condivise online e di condividere solo quelle appropriate e in linea con il loro marchio personale.
6. Fornire informazioni sulle impostazioni della privacy, su come usarle e sui vantaggi di controllare chi può vedere i propri contenuti e le proprie informazioni.
7. Guidare i partecipanti a ripulire la loro impronta digitale, rivedendo e cancellando regolarmente tutto ciò che non è più in linea con il loro marchio personale o non è più rilevante.
8. È importante che i giovani che non lavorano e non studiano siano consapevoli della loro presenza online e prendano provvedimenti per proteggere la loro identità e reputazione digitale.



## Come sviluppare un sé digitale?

### 5. Sviluppare il proprio sé digitale

**Obiettivo** : imparare a sviluppare un sé digitale come processo continuo e comprendere l'importanza di sperimentare con diverse piattaforme, creare contenuti e impegnarsi in conversazioni significative.

**Durata** : 1-2 ore

**Materiali** : Dispositivi elettronici e accesso a Internet

#### Instruzioni

1. Spiegate ai partecipanti che lo sviluppo di un sé digitale è un processo continuo che implica il continuo perfezionamento della loro presenza digitale e la ricerca di nuovi modi per connettersi con gli altri.
2. Guidare i partecipanti a creare un unico nome per la loro presenza su tutti i canali di comunicazione utilizzati, per facilitare la loro individuazione.
3. Incoraggiate i partecipanti a utilizzare una foto reale di loro stessi su tutti i loro profili online, per rendere più facile per le persone riconoscerli e relazionarsi con loro.
4. Discutere i vantaggi dell'uso di Twitter per seguire argomenti, persone e liste interessanti e come può aiutare a rimanere aggiornati sulle ultime notizie, tendenze e conversazioni.



5. Fornire informazioni sull'acquisto di un nome di dominio per se stessi, in modo da avere un nome coerente per l'e-mail, il blog e altri siti web.
6. Mostrare ai partecipanti come utilizzare Google Analytics per monitorare i visitatori del proprio sito web o blog e per ottenere informazioni sull'andamento dei propri contenuti.
7. Ricordate ai partecipanti che lo sviluppo di un sé digitale è un processo continuo che richiede tempo e impegno e che è importante sperimentare diverse piattaforme e strategie per trovare quella che funziona meglio per loro.
8. Sottolineare l'importanza di creare contenuti e di impegnarsi in conversazioni significative per stabilire una forte presenza digitale e connettersi con gli altri.





## Come sviluppare un sé digitale?

### Risorse utili

Di seguito è riportato un elenco di riferimenti che possono essere utili per lo sviluppo di un sé digitale: 24 consigli per migliorare il proprio sé digitale

- Come migliorare le abitudini digitali e online Cura di sé digitale
- 5 modi per migliorare la vostra vita digitale
- Creare il proprio sé digitale: cosa, come e perché?
- Come rendere il self service digitale sorprendente
- Come presentare il vostro miglior sé digitale nel vostro blog sul sé digitale
- Il sé digitale: una presentazione sana di sé e un'interazione positiva online
- Come creare un sé digitale che promuova una presentazione sana di sé Che cos'è il personal branding?
- Perché abbiamo bisogno di diventare persone Come il vostro marchio personale può aiutarvi a cambiare il mondo?
- Gestire il proprio sé digitale

### Conclusioni

Le attività scelte sono modi efficaci per migliorare le competenze digitali dei giovani che non lavorano e non studiano (NEET). Forniscono a formatori, operatori giovanili e coordinatori varie opzioni da includere nelle loro sessioni di formazione, che vanno da attività brevi a quelle più lunghe. Queste attività consentono ai giovani studenti di interagire con i loro coetanei e di imparare l'importanza di uno spirito di squadra positivo e di sviluppare un sé digitale.



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



## CAPITOLO II

# CREAZIONE DI CONTENUTI AUTENTICI E COINVOLGENTI



## R2: STRUMENTO DI FORMAZIONE SULLE COMPETENZE DIGITALI

2021-2-TR01-KA220-YOU-000047996





## Creazione di contenuti autentici e coinvolgenti

Sviluppato by Euro-net

### Panoramica del corso

La creazione di contenuti è una delle professioni frutto delle tendenze (soprattutto dei social media!) degli ultimi anni. Non c'è niente di più sbagliato - e obsoleto - che credere che i compiti di un creatore di contenuti si riducano a scattare una bella foto, a mostrare un prodotto o a riprodurre un trend di Tik Tok. Sono i figli della Creator Economy, l'economia che sta permettendo a molte persone - spesso designer, fotografi, registi, illustratori o appassionati di qualsiasi settore - di monetizzare i propri contenuti, beni e servizi online facendo leva su creatività, talento, passione e soprattutto originalità. Tra le figure più richieste in questo ambito, troviamo il Web Content Creator (noto anche come Digital Content Creator). Il Web Content Creator si occupa principalmente dello sviluppo, della creazione e dell'implementazione dei contenuti sui siti web aziendali e, in generale, dei contenuti pubblicati sui vari canali di comunicazione scelti sulla base della strategia di comunicazione. I contenuti diffusi dal Web Content Creator possono essere di diversi formati (testo, foto, audio, video...). Data la sua versatilità e in base alle scelte organizzative e alle dimensioni dell'azienda in cui è inserito, il Web Content Creator può trovarsi a lavorare da solo o in team.



## Creazione di contenuti autentici e coinvolgenti

Nel primo caso, può ricoprire molteplici ruoli: da quello di Content Creator a quello di graphic designer e Social Media Manager; nel secondo caso, può trovarsi ad affiancare figure come il SEO Specialist e l'Online Community Manager, il Mobile Marketing Manager o il Webmaster, ad esempio. Nello specifico, un Web Content Creator si occupa di sviluppare e veicolare contenuti multimediali efficaci che permettano alle aziende di presentarsi ai clienti nel miglior modo possibile, di acquisire credibilità e di acquisire sempre maggiore visibilità. Tutto ciò presuppone, da parte del Web Content Creator, una buona conoscenza delle principali piattaforme digitali da utilizzare per comunicare, nonché una buona conoscenza del pubblico a cui il messaggio è rivolto.

Tuttavia, in questo capitolo vorremmo presentare alcune attività che possono aiutare i formatori a potenziare le capacità di creazione di contenuti, creando un impatto positivo sui partecipanti.

Approfondiremo la panoramica della strategia di creazione di contenuti digitali. Inoltre, realizzeremo alcuni esercizi pratici su come realizzare una strategia di contenuti digitali e poi avremo la valutazione finale. Ciascuna delle 7 attività specifica l'obiettivo, la durata, il materiale e le istruzioni da seguire.

Tutte queste attività possono essere utilizzate sia nell'ambito dell'educazione formale che di quella non formale e richiedono a tutti i partecipanti di migliorare le competenze digitali sulla creazione di contenuti web e la loro rilevanza sul mercato.





## Creazione di contenuti autentici e coinvolgenti

### Materiale necessario

Per svolgere le attività presentate in questo capitolo, i partecipanti avranno bisogno solo del portatile  
dispositivi (ad esempio, telefoni cellulari, computer portatili, iPad),

### Gruppo target

I gruppi target sono gli operatori giovanili e i formatori, nonché gli insegnanti, i direttori scolastici, i consulenti psicologici, gli accademici nella formazione degli insegnanti, i centri di istruzione e le ONG educative per lo sviluppo personale. Un'attenzione particolare sarà rivolta ai giovani formatori con disabilità fisiche o difficoltà educative, nonché ai giovani formatori che hanno studenti/apprendisti rifugiati o immigrati nelle loro classi.

Dall'altro lato, i beneficiari sono i giovani NEET, gli studenti e i discenti dei centri di formazione, i centri di apprendimento permanente e i relativi fornitori di istruzione non formale, i direttori scolastici, gli insegnanti, i rappresentanti delle ONG e gli esperti.

**Durata** 30 minuti per ogni modulo di apprendimento. 210 minuti in totale

### Risultati dell'apprendimento

I partecipanti entreranno in contatto con strumenti di strategia per la creazione di contenuti digitali che utilizzeranno per l'attività e che potranno esplorare e conservare per attività future, formative o professionali. Gli obiettivi principali di questa attività sono:

1. Trasferire i pilastri della progettazione di una strategia di creazione di contenuti digitali
2. Scegliete i canali, i formati e le piattaforme più adatti ai vostri obiettivi (piattaforma principale e social media).
3. Lavorare alla progettazione dei contenuti (progettazione della creazione di contenuti video e audio)
4. Utilizzare gli strumenti di produzione e gestione della creazione di contenuti
5. Coltivare la propria comunità e promuovere il proprio lavoro

## Creazione di contenuti autentici e coinvolgenti

### Analisi dei bisogni

Dallo studio Future of Creativity, realizzato da Adobe, emerge che la Creator Economy ha dato forma a nuove opportunità professionali a tempo pieno o da freelance, soprattutto per la GenZ e per i Millennials, sempre più attratti da carriere meno tradizionali. Infatti, i primi rappresentano il 42% della Creator Economy, mentre i secondi il 14%. Negli ultimi due anni, questa nuova realtà ha visto l'ingresso di oltre 165 milioni di persone, per un totale di 303 milioni di creatori "digitali" in tutto il mondo. Una persona su quattro (23%) crea contenuti esprimendosi attraverso la fotografia, la produzione video, la scrittura creativa o altri mezzi negli spazi online, comprese le piattaforme sociali e i blog. Tuttavia, il 48% dei creatori è motivato da un obiettivo comune: la libertà di espressione e solo il 26% lo fa per soldi. Gli influencer rappresentano solo il 14% della creator economy a livello globale. La trasformazione digitale ha fatto sì che l'uso dei canali di comunicazione digitali da parte delle aziende sia aumentato in modo esponenziale negli ultimi anni. Le conseguenze di ciò sono evidenti: aumento del mercato del lavoro di persone che si occupano di web e comunicazione a livello organizzativo, aumento della presenza online delle aziende e aumento dell'uso dei social media.

In questo senso, questo capitolo sottolinea l'importanza di raggiungere le conoscenze di base sulla strategia di creazione dei contenuti e i loro strumenti possono essere determinanti per i giovani per adattare le loro competenze alle richieste di questa nuova epoca e del mercato del lavoro.

### Procedura

Il corso si articola in 7 fasi, in cui si alterneranno teoria e attività pratiche. I partecipanti saranno guidati a lavorare su progetti individuali e di gruppo, di cui potranno presentare il risultato finale in un workshop.



## Creazione di contenuti autentici e coinvolgenti

### Strategia di creazione di contenuti digitali

**Obiettivo:** Panoramica sulla strategia di creazione di contenuti digitali

**Durata:** 150 minuti (30 minuti per ogni fase)

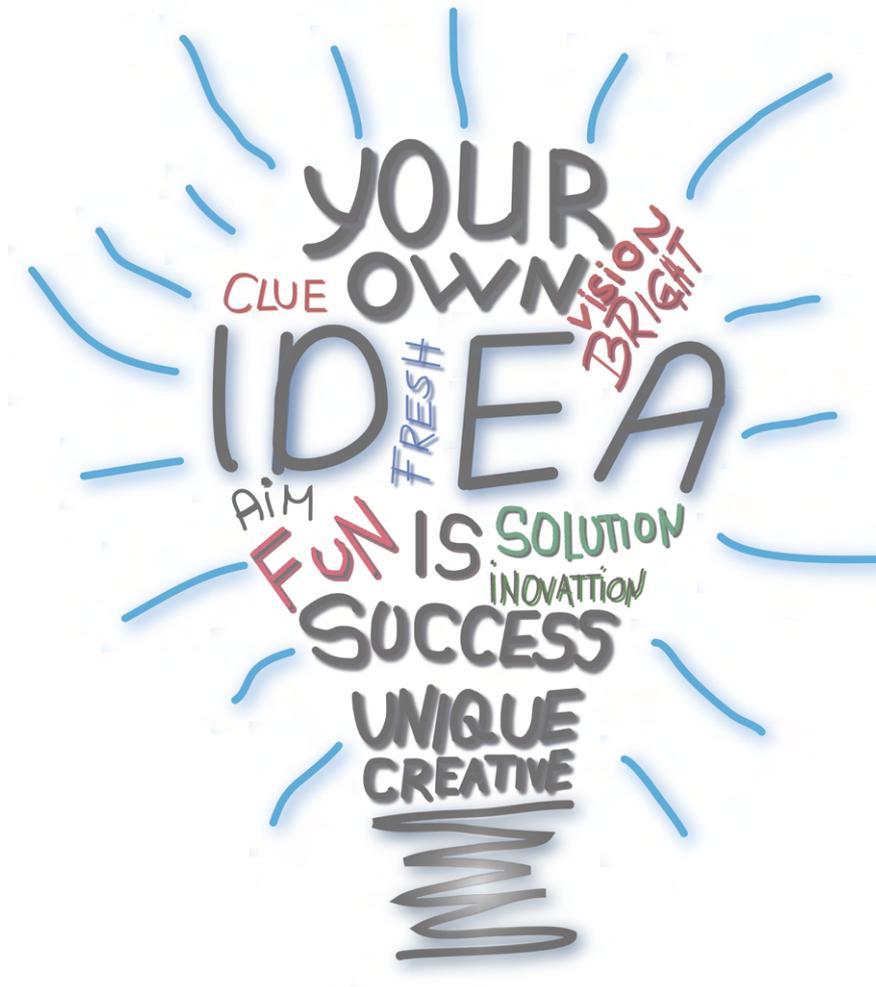
**Materiali** : Dispositivi elettronici



#### Fasi della strategia

- 1) Brainstorming
- 2) Pianificazione dei contenuti
- 3) Pilastrini del contenuto
- 4) Creazione di contenuti
- 5) Progettazione di video
- 6) Contenuti di nicchia e specializzazione
- 7) Valutazione finale

## Fase 1 - Brainstorming



Il brainstorming è il processo di annotazione di tutte le idee su un foglio di carta (o sullo schermo) senza rivedere o esaminare nulla. Prima di iniziare a creare contenuti, è necessario fare un brainstorming degli argomenti che si potrebbero (o dovrebbero) trattare nei contenuti. Ma la generazione di idee è difficile quando si parte da zero. Quindi, il primo passo per fare un brainstorming di potenziali idee di contenuto è chiedersi che cosa volete che faccia il vostro contenuto. Qual è il vostro obiettivo finale?

Partire da qui e poi lavorare a ritroso può aiutarvi a trovare idee di contenuto che non spingano direttamente il vostro prodotto, ma che lo posizionino come la soluzione naturale del lettore: una conclusione a cui è arrivato grazie al vostro contenuto.

## Esercizio



Aprire un foglio di calcolo o un documento sul vostro computer. All'inizio della pagina, scrivete il vostro argomento principale. Se si tratta di argomenti secondari, elencarli. Sotto, scrivete l'obiettivo del vostro contenuto.

State cercando di spingere le persone verso una landing page per farle entrare nella vostra pipeline? State cercando di aggiungere persone alla vostra lista di e-mail? Chiarite bene cosa state cercando di ottenere con il content marketing.

Infine, iniziate ad annotare tutte le idee di contenuto che vi vengono in mente. L'ideale è che si riferiscano ai vostri argomenti principali e che vi aiutino a raggiungere il vostro obiettivo.

Ma non è il momento di giudicare le vostre idee. Durante il brainstorming, non censurate, cancellate o giudicate le vostre idee. Elencate tutto ciò che vi viene in mente.

Una volta terminato l'elenco, si può tornare indietro e ripulirlo, stabilendo le priorità e annotando le idee di contenuto migliori.



## Fase 2 - Pianificazione

Senza un piano, tutte quelle idee rimarranno lì. Il passo successivo è quindi quello di creare un piano che tracci il processo per far arrivare i contenuti al pubblico di riferimento.

È una buona idea documentare questo processo. Gli specialisti di sagistica utilizzano questa strategia di scrittura dei contenuti che aiuta a creare una sorta di "garanzia di qualità", assicurando che i contenuti siano di qualità:

In linea con la promozione dei vostri

obiettivi Privo di errori ortografici e

grammaticali Interessante da leggere

Capacità di motivare gli utenti a fare il passo successivo

### Esercizio

Pensate al processo da seguire per scrivere, modificare, pubblicare e promuovere ogni contenuto. Poi scrivetelo, in modo da poterlo portare a termine con costanza. Ad esempio, potreste passare attraverso queste fasi mentre sviluppate i vostri contenuti:

Generazione di

idee Creazione

Redazione

Recensione

Distribuzione

editoriale

In uno strumento di gestione dei progetti come Asana, create una scheda con una colonna per ogni fase del processo di creazione dei contenuti.

Poi create una scheda per ogni contenuto che vorreste creare nei prossimi mesi.

Includete tutte le informazioni che vi sono utili. Come minimo, includete:

Parola chiave o

argomento Tipo di

contenuto Canale

Data di scadenza

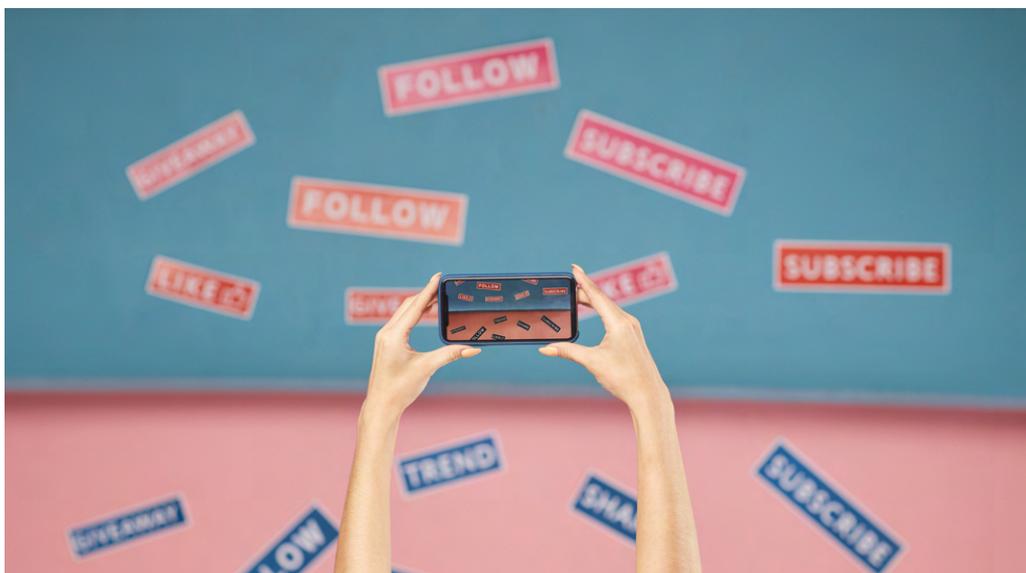
Ricordate che quando si parla di strategia dei contenuti, non esiste un metodo unico che vada bene per tutti. Utilizzate quello con cui vi sentite più a vostro agio e con cui avete più dimestichezza. Il punto è avere un piano e seguirlo mantenendo standard qualitativi elevati e una routine editoriale coerente.

## Fase 3 - Pilastri dei contenuti

Una delle colonne portanti della vostra strategia di contenuti è costituita dai pilastri di contenuto, ovvero contenuti approfonditi che condividono le vostre conoscenze. Possono essere ebook, guide, white paper, case study, report o qualsiasi altro formato di contenuto di alto valore. Idealmente, avrete un pilastro di contenuti per ogni argomento centrale che insegnate nel vostro business della conoscenza. Dovrebbe trattare l'argomento in modo esaustivo, rendendo voi e la vostra azienda l'autorità definitiva sull'argomento. L'aspetto positivo dei pilastri di contenuto è che, essendo così dettagliati e approfonditi, gli altri proprietari di siti si collegheranno ad essi invece di cercare di riprodurli (o di competere) con essi. Ciò significa che il tempo investito nella creazione dei vostri pilastri è tempo ben speso: più siti si collegano a voi e ai vostri pilastri di contenuto, più la vostra autorità e il vostro riconoscimento crescono all'interno della nicchia che avete scelto.

### Esercizio

Esaminate il brainstorming fatto nella fase 1 e cercate di raggruppare le idee in categorie. Idealmente, tutte le vostre idee si riferiscono a due-cinque argomenti fondamentali che sostengono tutto ciò che insegnate. Elencate questi argomenti pilastro di alto livello. Ora fate un brainstorming di idee per un pilastro di contenuti che potreste creare per ognuno di essi. Quando avrete dieci o più idee per ogni argomento, scegliete quella che ritenete migliore. Decidete il formato: ad esempio, un ebook, una guida avanzata, un post lungo sul blog. Quindi aggiungete questo pilastro al vostro flusso di lavoro sui contenuti, insieme a una scadenza per portarlo a termine.



## Fase 4 - Creazione di contenuti

È da qui che la maggior parte degli esercizi di strategia dei contenuti vi farà iniziare. Ma è come andare a comprare una bicicletta nuova di zecca quando non si è mai imparato ad andarci. Per essere strategici, è necessario iniziare con un piano.

La buona notizia è che non siete limitati ai post del blog o ai contenuti scritti. Tutti questi tipi di contenuti fanno parte della vostra strategia di content marketing:

**Post sul blog:** Possono essere lunghi o brevi, dettagliati o piccoli consigli. Facilmente condivisibili sui social media e sul proprio sito web.

**E-book:** Contenuti più approfonditi, mirati e precisi su un determinato argomento.

Spesso vengono scaricati gratuitamente in cambio del nome e dell'indirizzo e-mail dell'utente.

### Casi di studio

Grafici, diagrammi e altre informazioni supplementari che illustrano come la vostra azienda ha risolto il problema di un determinato cliente e come è stato il risultato finale. I casi di studio sono spesso utilizzati alla fine dell'imbuto per dimostrare la vostra esperienza e competenza nella vostra nicchia.

### Modelli

Esempi di informazioni già pronte, in cui l'utente deve semplicemente riempire gli spazi vuoti o modificare ciò che c'è per ottenere il risultato finale.

### Infografiche

Rappresentazioni grafiche di fatti, statistiche o dettagli in pillole sulla vostra nicchia o sul processo di raggiungimento di un obiettivo finale.

### Video

I video possono essere utilizzati per condividere le stesse informazioni che potreste condividere nei post di un blog, tra cui tutorial su come fare, esempi, spiegazioni e molto altro.

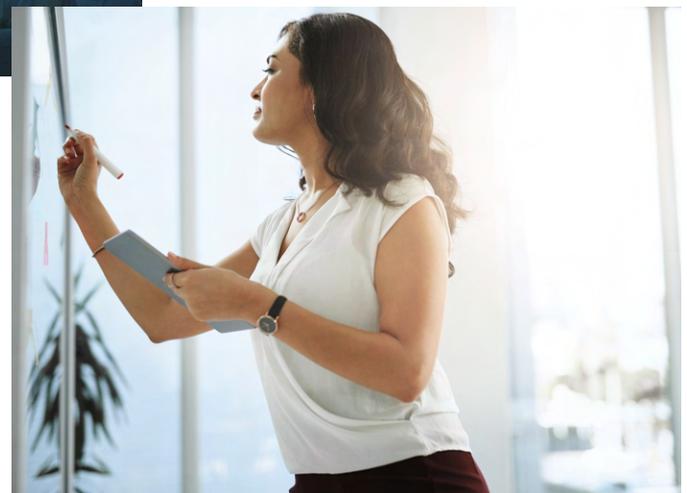
**Podcast** - Un "approfondimento" digitale e audio su un particolare argomento. I podcast fanno spesso parte di una serie in cui vengono condivise informazioni su un determinato argomento.

### Social Media

Messaggi frequenti e brevi relativi alla vostra attività, alla vostra missione e all'argomento principale. I contenuti sociali condividono recensioni di prodotti, idee casuali, consigli e strategie e di solito invitano gli utenti a rispondere con le loro opinioni. La strategia dei contenuti per i social media si basa più sulla condivisione e sull'invito alla discussione che sul semplice lancio di un mucchio di contenuti e sulla speranza che qualcuno rimanga attaccato. Naturalmente, con così tanti canali di contenuto a disposizione, si può essere tentati di provarli tutti. Alcuni marchi lo fanno. Ma è difficile fare content marketing bene quando ci si sparpaglia troppo. Quindi sceglieremo un solo canale per iniziare.

## Esercizio

Decidete un tipo di contenuto che vorreste pubblicare regolarmente. Per decidere, pensate a due cose: Cosa piace al vostro pubblico in particolare Cosa è più facile per voi creare regolarmente Tre formati che funzionano bene sono i podcast, i blog e i canali video. Sceglietene uno e fissate un calendario. Creerete un nuovo contenuto ogni settimana o ne pubblicherete uno o due al mese? Non c'è una risposta giusta. Scegliete una frequenza che possiate rispettare con costanza d'ora in poi.



## Fase 5 - Progettazione

La progettazione di un video è un'attività complessa. In questo modulo impareremo a orientarci nelle sue diverse fasi. Si parte dalla definizione di un concetto, dalla pianificazione di una scaletta di argomenti, dalla decisione della scenografia e delle inquadrature, dal posizionamento delle luci, dalle riprese con la giusta telecamera. Alla fine del processo c'è la fase di post-produzione, con il montaggio e l'integrazione di effetti visivi, grafica, musica.

### Esercizio

Successivamente, ai partecipanti verrà chiesto di creare il proprio materiale con <https://www.canva.com/>. Possono scegliere una qualsiasi delle forme proposte (ad esempio, presentazione, volantino, logo, ecc.) tenendo conto di tutto il materiale visto finora e in base alla loro personalità rispondendo alle seguenti domande:

- Che cosa la entusiasma di più nella sua vita fino ad ora?
- Qual è la cosa più impegnativa che avete fatto?
- Qual è la cosa più importante che ha imparato finora?



## Fase 6 - Contenuti di nicchia e specializzazione

La strategia dei contenuti consiste in parti uguali nel sapere cosa pubblicare e dove pubblicarlo in modo che risuoni e faccia presa sul cliente target. Ecco perché ha senso scegliere argomenti ristretti e mirati piuttosto che argomenti generici.

I contenuti di nicchia, ovvero quelli incentrati su una piccola sottocategoria di un argomento più ampio, possono aiutarvi a distinguervi nel mondo del knowledge commerce. Cercate una fetta di ciò che fate di cui nessuno parla. Fatene il vostro obiettivo e sarete rapidamente considerati un leader di pensiero nel vostro settore. Vediamo un esempio.

Supponiamo che il vostro argomento principale sia l'internet marketing, ma che abbiate deciso di concentrarvi su come commercializzare i vostri video su YouTube. Potete approfondire ogni aspetto del marketing su YouTube: il tipo di attrezzatura necessaria, come girare e montare i video in modo professionale, come creare un canale, come ottenere abbonati e molto altro ancora.

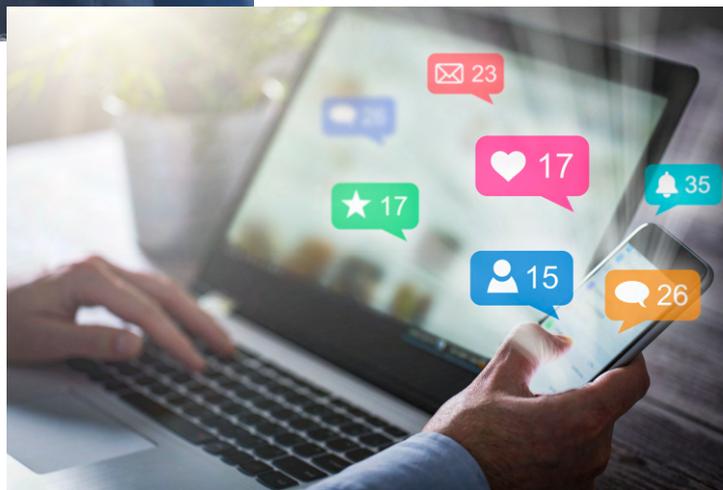
### Esercizio

Ripercorrete la vostra strategia di contenuti e cercate gli argomenti e le idee che non sono perfettamente in linea con i vostri argomenti principali. Eliminateli dall'elenco. Rivedete ancora una volta, questa volta per vedere se potete ridurre il vostro piano di contenuti a uno o due argomenti ristretti. Come potete focalizzare la vostra strategia di contenuti nel modo più rigoroso possibile, in modo da diventare rapidamente noti come esperti del vostro settore?



## Fase 7 - Valutazione finale

Il risultato finale dell'attività sarà la valutazione dell'attività stessa. Tutte le domande e le difficoltà che i partecipanti incontreranno durante l'attività saranno affrontate dall'operatore nello stesso momento, quindi la produzione del deliverable significherà l'uso corretto degli strumenti e l'acquisizione delle conoscenze corrispondenti per utilizzarli.



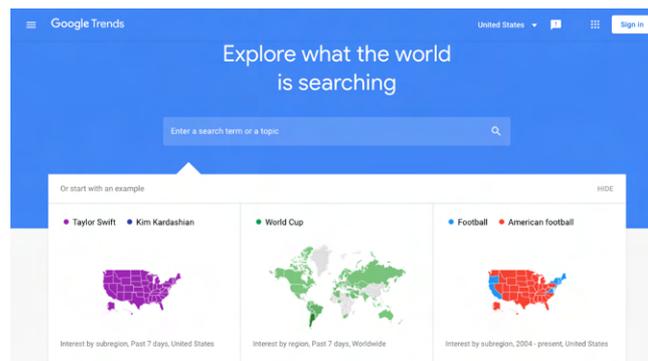
## Creazione di contenuti autentici e coinvolgenti

### Una risorsa utile

Di seguito è riportato un elenco di riferimenti che possono essere utili per migliorare le capacità di creazione di contenuti:

#### 1. Tendenze di Google

Google Trend offre una panoramica del volume di ricerca di una determinata parola chiave in un periodo specifico. Lo strumento consente anche di confrontare due termini di ricerca tra loro per determinare quello più popolare. In breve, Google Trends consente di scoprire le query di ricerca relativamente popolari e di creare pezzi intorno ad esse per sfruttare il traffico dei motori di ricerca.



#### 2. Ricerca Google ConSOLE

Il prossimo punto dell'elenco è Google Search Console. Con Google Search Console, potete monitorare le prestazioni del vostro sito web nelle pagine dei risultati di Google. Inoltre, lo strumento vi aiuta a individuare gli errori SEO più comuni sul vostro sito web senza dover consultare un esperto SEO. La correzione di questi errori migliorerà la probabilità di posizionamento del vostro sito web nelle pagine dei risultati dei motori di ricerca. Non solo, Google Search Console è ottimo per scoprire le parole chiave con prestazioni insufficienti sul vostro sito web.

Google Search Console

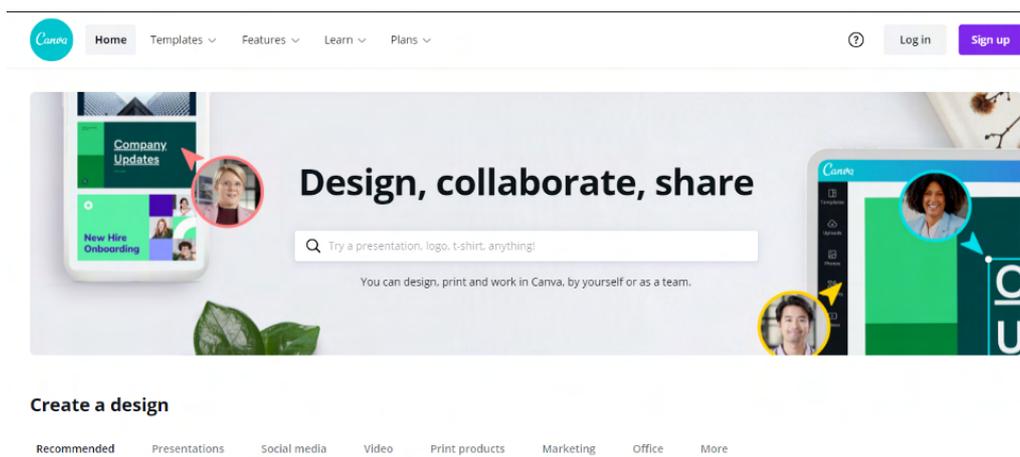
Improve your  
performance on  
Google Search

Search Console tools and reports help you measure your site's  
Search traffic and performance, fix issues, and make your site  
shine in Google Search results

Start now

### 3. Canva

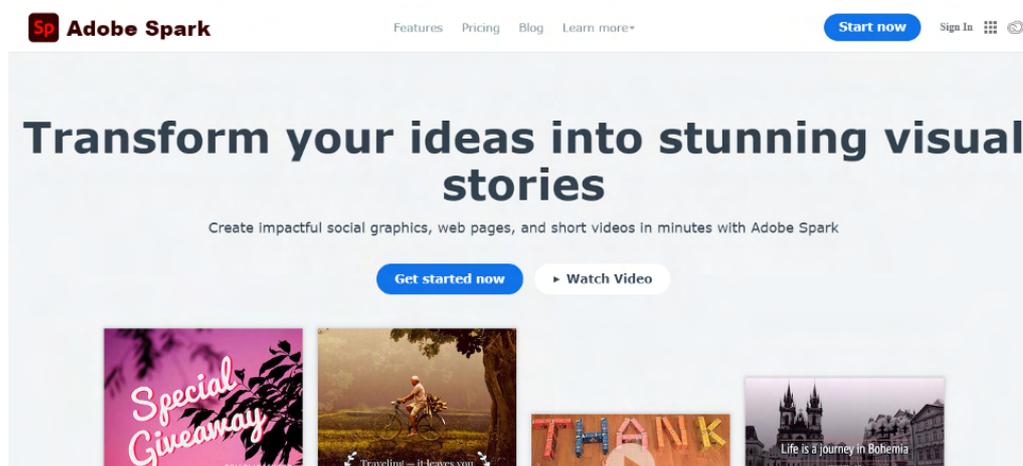
Canva è un programma di progettazione grafica gratuito che consente di creare immagini nitide e straordinarie per i contenuti online. Ha tonnellate di modelli già pronti che si possono personalizzare per creare design grafici personalizzati. Non solo, ha un editor drag-and-drop che semplifica la progettazione grafica anche per i principianti. Canva è ideale per creare immagini convincenti per i post del blog, gli ebook e i post sui social media.



### 4. Adobe Spark

Adobe Spark vi permette di evitare il processo di creazione manuale della grafica per i vostri contenuti online e offline.

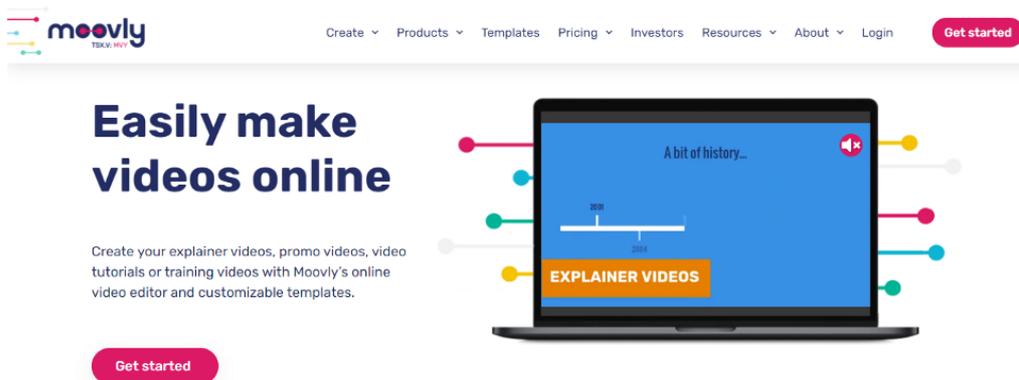
Ha tonnellate di modelli preinstallati che si possono personalizzare per creare design visivi personalizzati. Inoltre, ha un'interfaccia intuitiva che semplifica la progettazione grafica anche per i principianti.



## 5. Moovly

Moovly dispone di un'ampia libreria di immagini, brevi scene, librerie e modelli che potete utilizzare per creare video esplicativi animati coinvolgenti in pochi minuti. Ha anche un'interfaccia utente drag-and-drop che consente di creare video coinvolgenti con competenze e budget limitati.

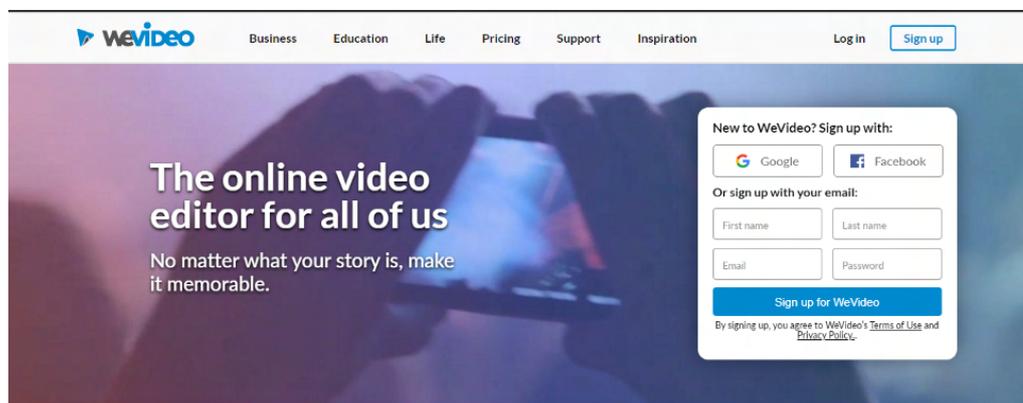
La prova gratuita di Moovly è soggetta a molte limitazioni. La lunghezza massima dei video non può superare i tre minuti e non è possibile rimuovere il watermark di Moovly dai video, a meno che non si abbia un piano premium.



## 6. WeVideo

A differenza di iMovie, WeVideo supporta diverse piattaforme come Mac, Windows, cellulari e web.

Lo strumento è ideale sia per i professionisti che per i dilettanti. Ciò significa che potete realizzare video dall'aspetto professionale in pochissimo tempo, indipendentemente dalle vostre capacità.





## 7. Audacity

Audacity è un editor e strumento di registrazione audio gratuito. Funziona perfettamente con Windows, macOS e GNU/Linux.

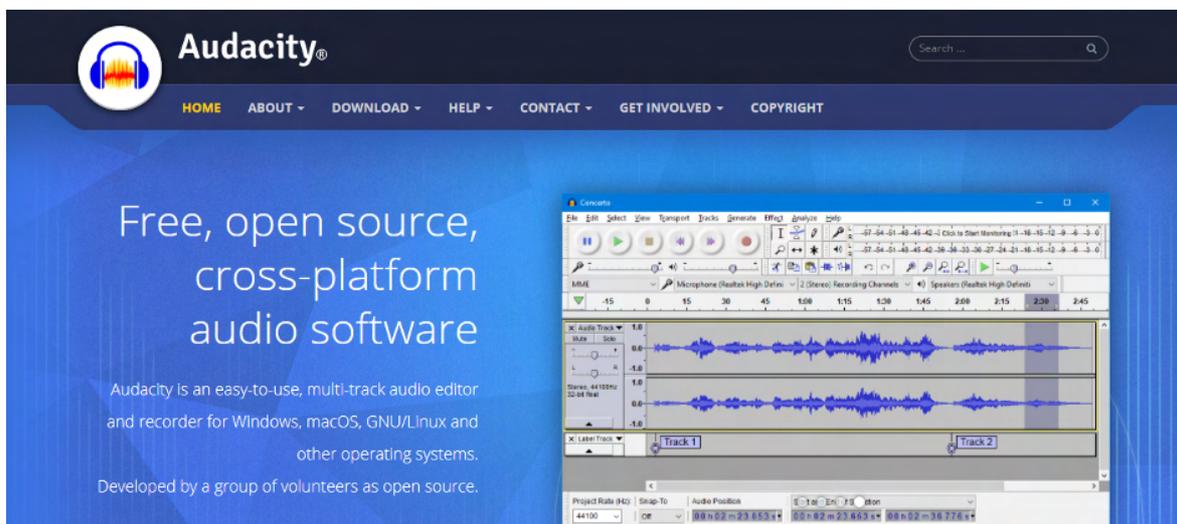
Audacity consente di:

Registrazione audio dal vivo

Importazione, mix e combinazione di diversi formati

Esportazione di audio in formati.

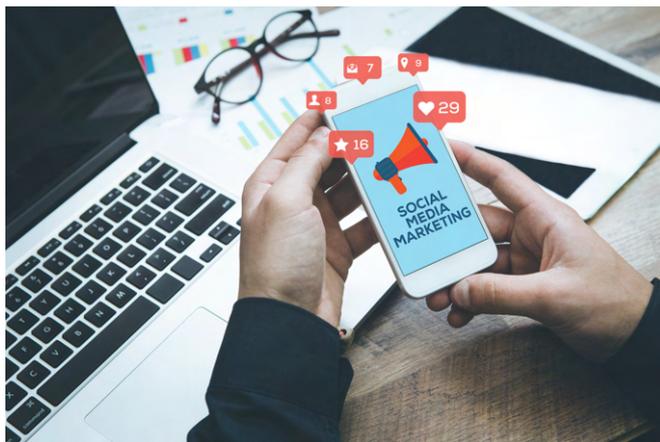
Supporta e funziona senza problemi con 16 bit, 24 bit e persino 32 bit. Capitolo II



## Creazione di contenuti autentici e coinvolgenti

### Referenze

- Marketing sui social media - Philip Kotler  
La lettura del marketing di Kotler è una garanzia. Il testo si rivolge sia ai principianti che ai professionisti e si propone di fornire a tutti un metodo efficace per scegliere gli strumenti giusti per la propria strategia di marketing. Indicazioni utili per scegliere il mix di community, risorse e piattaforme sociali.  
Non solo analisi - Yari Brugnoli
- Questo libro analizza e spiega il funzionamento dell'algorithmo di Instagram, partendo dalle basi fino alle nozioni più complesse, con esempi ed esercizi interattivi. Spiega l'importanza di definire la propria identità e di creare una comunità intorno al proprio messaggio.  
Social Local Marketing - Tino Bassu, Domenico Mancuso, Michele Tampieri
- Il testo affronta il tema del Social Media Marketing dal punto di vista di una piccola o media impresa. Il perno centrale non è la viralità dei contenuti, ma la corretta allocazione delle risorse in riferimento al proprio mercato di riferimento.



## Creazione di contenuti autentici e coinvolgenti

### Riferimenti

Influencer Marketing. Valorizzare il brand con la creazione di contenuti e relazioni (Camilla Bellini, Cristiano Carriero)

Questo libro spiega cos'è l'influencer marketing e mette in campo consigli e strategie

efficaci per creare una campagna di comunicazione basata su questo mezzo.

Un

libro molto utile per brand, digital pr, creatori di contenuti e agenzie di comunicazione.

Strategie e tattiche di Facebook Marketing per aziende e professionisti (edizione

2021)

(Veronica Gentili, Alessandro Sportelli)

Uno dei social network più importanti sulla piazza, ma anche tra i più sottovalutati, è Facebook. Il social media marketing su questa piattaforma ha un

potenziale di sfruttamento tra i più alti in assoluto. Per prima cosa è necessario conoscerne il funzionamento e la logica di base, spiegata molto bene in questo libro.

Descrizione del lavoro del Creatore di contenuti, [equinetacademy.com](http://equinetacademy.com)

Scrittore, redattore e manager di contenuti web, [classup.it](http://classup.it)

Creatore di contenuti: Trasforma la tua passione in lavoro, [digital-coach.it](http://digital-coach.it)





## Authentic and engaging content creation

### Conclusion

Le attività selezionate sono strumenti efficaci nell'ambito delle competenze digitali, nel senso che daranno alcuni spunti agli operatori giovanili e ai formatori su come migliorare le capacità di creazione di contenuti di studenti e allievi. I formatori potranno scegliere tra una varietà di 7 attività di diversa durata da includere nelle loro sessioni di formazione o di lavoro, dando l'opportunità ai giovani di interagire con i loro coetanei e di imparare l'importanza di avere uno spirito di squadra positivo.





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



# CAPITOLO III

## TROVARE E UTILIZZARE INFORMAZIONI RILEVANTI PER LO SVILUPPO DELLA CARRIERA



### R2: STRUMENTO DI FORMAZIONE SULLE COMPETENZE DIGITALI

2021-2-TR01-KA220-YOU-000047996





## Trovare e utilizzare informazioni rilevanti per lo sviluppo della carriera.

Sviluppato da Euro-net

### Panoramica del corso

L'accesso a informazioni, consulenza e orientamento professionale di alta qualità è una componente importante per evitare che i giovani diventino NEET, ma alcuni individui incontrano numerosi ostacoli quando cercano di passare alla fase successiva della loro carriera. Ad esempio, un giovane in difficoltà economiche può avere poco tempo e poca attenzione per impegnarsi. Anche i giovani provenienti da contesti meno privilegiati possono avere difficoltà a orientarsi nel panorama delle qualifiche e avere una conoscenza più limitata delle opzioni di carriera, oltre a essere meno fiduciosi nel rivolgersi ai servizi per la carriera. È stato inoltre individuato uno scollamento tra i settori in cui i giovani aspirano a lavorare e i posti di lavoro tipicamente disponibili, rendendo ancora più importante che i giovani a rischio di diventare NEET ricevano il miglior supporto e la migliore consulenza possibile. È quindi molto importante disporre di un archivio di strumenti per raccogliere le pratiche pertinenti su come informare e orientare lo sviluppo della carriera dei Neet.

Le competenze digitali di gestione della carriera si sono evolute a partire dal concetto di alfabetizzazione digitale della carriera, introdotto da Hooley (2012), il quale suggerisce che Internet sta modificando il contesto in cui gli individui perseguono e sviluppano le loro

carriere. Egli presenta Internet come:

- Una biblioteca delle carriere attraverso la quale gli individui possono cercare e reperire informazioni.
- Un mercato in cui gli individui possono trovare e candidarsi per opportunità di apprendimento e di lavoro.
- Uno spazio per stabilire e mantenere contatti e reti.



## Trovare e utilizzare le informazioni rilevanti per lo sviluppo della carriera

Un canale mediatico attraverso il quale gli individui possono aumentare il proprio profilo e gestire la propria reputazione. Per trarre vantaggio dalle opportunità di carriera offerte da Internet, gli individui devono sviluppare la loro alfabetizzazione professionale digitale per fare ricerche, creare contatti e costruire una reputazione professionale positiva. Hooley definisce un quadro di sette competenze: Le sette C dell'alfabetizzazione alla carriera digitale:

**Cambiare** - la capacità di comprendere e adattarsi a contesti di carriera mutevoli.

**Raccogliere** - la capacità di trovare e recuperare informazioni sulla carriera.

**Criticare** - la capacità di valutare, analizzare la provenienza e valutare l'utilità della carriera in formazione.

**Connettersi** - la possibilità di stabilire contatti, costruire relazioni e creare reti online che supportano lo sviluppo della carriera.

**Comunicare** la capacità di interagire su una serie di piattaforme diverse, di comprendere la "tiquette" delle diverse interazioni e di utilizzarle nel contesto delle carriere.

**Creare** - l'abilità di creare contenuti online che rappresentino i vostri interessi, le vostre competenze e la vostra storia professionale.

**Curatela** - la capacità di sviluppare, rivedere e modificare la propria presenza online. Esistono numerosi corsi online per sviluppare le competenze digitali di gestione della carriera, e questo è evidente anche in molti corsi universitari e laboratori aggiuntivi che gli studenti possono frequentare. Con la crescita del mondo digitale, è essenziale adattarsi al suo interno ed evolvere le competenze digitali per stare sul mercato del lavoro. Questo vale sia per gli operatori dello sviluppo professionale che per i loro clienti.

Tuttavia, in questo capitolo vorremmo presentare alcune attività che possono aiutare i formatori a ottenere informazioni rilevanti sullo sviluppo della carriera, creando un impatto positivo sui partecipanti attraverso l'esplorazione dei 3 principali social media (Facebook, Twitter e LinkedIn).

Tutte queste attività possono essere utilizzate sia nell'ambito dell'educazione formale che di quella non formale e richiedono che tutti i partecipanti migliorino le loro competenze digitali sui social media come strumenti per trovare e utilizzare informazioni rilevanti per lo sviluppo della carriera.



## Trovare e utilizzare le informazioni rilevanti per lo sviluppo della carriera

### Materiale necessario

Per svolgere le attività presentate in questo capitolo, i partecipanti avranno bisogno solo di dispositivi portatili (ad esempio, telefoni cellulari, computer portatili, iPad),

### Gruppo target

I gruppi target sono gli operatori giovanili e i formatori, nonché gli insegnanti, i direttori scolastici, i consulenti psicologici, gli accademici nella formazione degli insegnanti, i centri di istruzione e le ONG educative per lo sviluppo personale. Un'attenzione particolare sarà rivolta ai giovani formatori con disabilità fisiche o difficoltà educative, nonché ai giovani formatori che hanno studenti/apprendisti rifugiati o immigrati nelle loro classi.

Dall'altro lato, i beneficiari sono i giovani NEET, gli studenti e i discenti dei centri di formazione, i centri di apprendimento permanente e i relativi fornitori di istruzione non formale, i direttori scolastici, gli insegnanti, i rappresentanti delle ONG e gli esperti.

**Durata** 60 minuti per ogni modulo di apprendimento. 180 in totale

### Risultati dell'apprendimento

Una sintesi degli obiettivi può includere:

- Trovare modi efficaci per individuare le opportunità di lavoro
- Usare i social media per trovare lavoro
- Utilizzare i social media per migliorare le competenze digitali



## Trovare e utilizzare le informazioni rilevanti per lo sviluppo della carriera

### Analisi dei bisogni

Una sfida centrale per i responsabili politici è come fornire maggiori opportunità per consentire a coloro che lavorano nella gig economy, a causa della mancanza di scelta o di offerte alternative di lavoro decenti, di sviluppare le competenze necessarie per trovare un lavoro meglio retribuito o di migliore qualità. Tutte le statistiche suggeriscono che la domanda di sviluppo delle competenze future è elevata, con il 57% dei lavoratori della gig economy e il 64% degli altri lavoratori che ritengono di dover sviluppare maggiori competenze o partecipare a una formazione formale o a un apprendimento aggiuntivo nel corso della loro vita lavorativa. I lavoratori più giovani sono particolarmente propensi a pensarlo, con il 74% dei lavoratori di età compresa tra i 18 e i 29 anni che dichiara di aver bisogno di sviluppare nuove competenze, rispetto ad appena il 35% dei lavoratori di età compresa tra i 60 e i 70 anni. I giovani (di età compresa tra i 16 e i 30 anni) sono particolarmente attratti dall'idea del gig work: uno su quattro ha dichiarato di voler prendere in considerazione una qualche forma di lavoro in futuro. L'età della popolazione che intraprende il lavoro dei gig è prevalentemente giovane, con oltre la metà di coloro che sono coinvolti nella gig economy (56%) di età compresa tra i 18 e i 34 anni. Ciò significa che coloro che stanno per iniziare un percorso di formazione o che hanno appena lasciato il sistema educativo potrebbero far parte di questa popolazione di gig worker; gli operatori per lo sviluppo della carriera potrebbero quindi informare gli studenti su come e dove pubblicizzarsi per assicurarsi il maggior interesse per ciò che offrono.



Poiché il gig working sta diventando sempre più popolare, è importante che gli operatori dello sviluppo professionale lo considerino un'opzione valida per i loro clienti e che ne comprendano i ruoli e le competenze richieste. Tuttavia, è più importante che mai che gli operatori abbiano la necessaria alfabetizzazione digitale per svolgere efficacemente il proprio ruolo. Questo capitolo sottolinea l'importanza di raggiungere le conoscenze di base sull'orientamento professionale e sugli strumenti che possono essere determinanti per i giovani per adattare le loro competenze alle esigenze di questa nuova epoca e del mercato del lavoro.

## Trovare e utilizzare le informazioni rilevanti per lo sviluppo della carriera

### Procedura

I professionisti dello sviluppo professionale hanno individuato le competenze necessarie per utilizzare i social media per fornire servizi di sviluppo professionale in quattro categorie:

- Capacità di utilizzare i social media per trasmettere informazioni, con particolare attenzione alla comprensione del funzionamento della tecnologia per la trasmissione di informazioni.
- Capacità di utilizzare i social media per l'orientamento professionale personale, con particolare attenzione all'uso della tecnologia come mezzo di comunicazione.
- Capacità di utilizzare i social media per l'esplorazione collaborativa delle carriere, con particolare attenzione all'uso della tecnologia per l'insegnamento e l'apprendimento e tra i membri del gruppo.
- Capacità di utilizzare i social media per il co-careering, con un'enfasi sull'uso della tecnologia per consentire ai membri del gruppo di condividere e sviluppare conoscenze e soluzioni comuni ai problemi di sviluppo della carriera.

Il corso consiste in 3 moduli, in cui i partecipanti saranno guidati a lavorare su progetti individuali e di gruppo, per esercitarsi a trovare e utilizzare informazioni rilevanti per lo sviluppo della carriera digitale attraverso i 3 principali social media Facebook, LinkedIn e Twitter. Questo permetterà di migliorare l'alfabetizzazione digitale anche sui social media come principale strumento di orientamento delle scelte per la ricerca di un lavoro.



## 1. Usare Facebook per trovare e utilizzare informazioni utili per lo sviluppo della carriera

**Obiettivo :** Panoramica su come utilizzare Facebook per trovare lavoro

**Durata :** 60 minuti

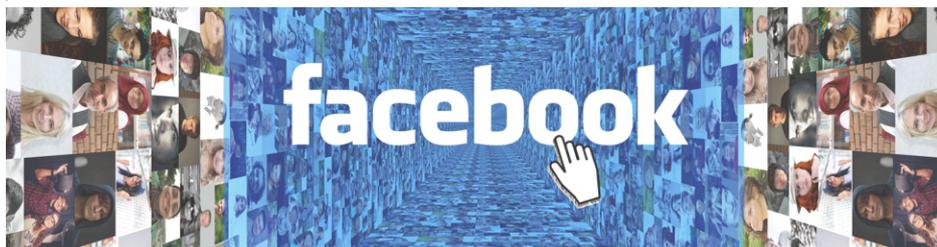
**Materiali :** Dispositivi elettronici e accesso a Internet

### Instruzioni

#### Fase 1 - Come trovare informazioni di lavoro su Facebook

È il Social Network più utilizzato al mondo, è il più amato da oltre un miliardo di utenti per la sua capacità di unire le persone. Ovviamente stiamo parlando di Facebook. Siamo sicuri che anche voi saprete bene di cosa si tratta, ma avete mai pensato al fatto che tra condivisione di foto, aggiornamenti di stato e ricerca di vecchi amici, Facebook può rivelarsi anche un efficace strumento per trovare lavoro? Infatti, molti rappresentanti delle risorse umane lo utilizzano per valutare nuovi candidati. Per avere questa opportunità, è fondamentale curare con attenzione il proprio profilo: tenerlo aggiornato, limitare i livelli di privacy per gli elementi personali ed essere consapevoli di chi ha visibilità sui nostri contenuti, valutando attentamente cosa pubblicare e condividere. Facebook può raccontare molto della vita e degli interessi - professionali e non - di un potenziale candidato, oltre che del suo modo di comunicare. Per questo, questo canale può diventare un valido strumento per farsi notare dai potenziali datori di lavoro, facendosi conoscere da recruiter e professionisti delle risorse umane in modo complementare al classico curriculum vitae.

Non si può dire che Facebook sia propriamente un social network destinato alla ricerca di lavoro. Tuttavia, grazie alla sua diffusione a livello mondiale, è adatto sia alla ricerca di contatti professionali sia alla promozione sul posto di lavoro. Ecco perché diventa importante capire come usare Facebook per trovare lavoro. Per fare Personal Branding su Facebook, dovrete fare molta attenzione ad adattare il vostro profilo, che deve corrispondere all'immagine professionale che volete comunicare. Ricordate, quindi, che il contenuto del vostro profilo deve essere coerente con l'immagine delle aziende che vi interessano.



Ecco alcuni suggerimenti:

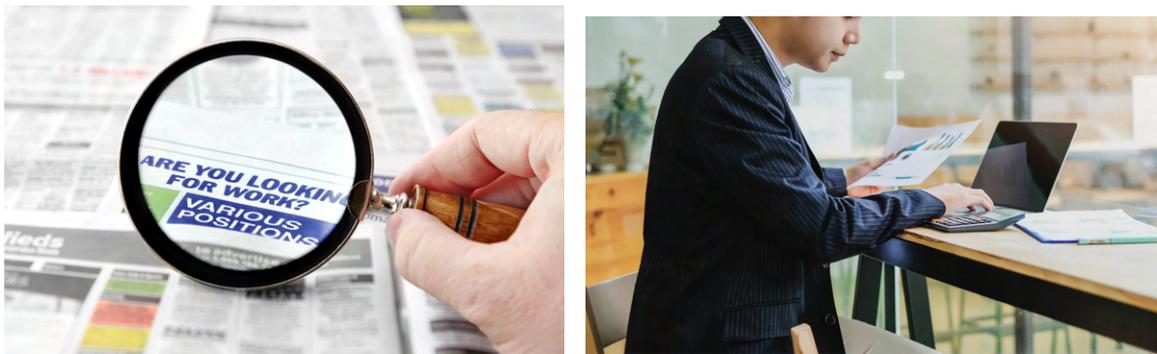
- Tenete sempre aggiornato il vostro profilo: come il vostro curriculum, anche il profilo social con cui vi presentate al mondo del lavoro deve essere completo e dettagliato, ma senza esagerare. Se volete usare Facebook per trovare lavoro, inserite tutti i dettagli relativi al vostro percorso formativo e alle vostre esperienze professionali passate e attuali, senza esagerare ed evitando dettagli che non corrispondono alla vostra area di ricerca.
- Scegliere le foto giuste: per evitare che il vostro profilo appaia anonimo, scegliete con cura le immagini di profilo e di copertina, che devono essere serie e comunicare qualcosa della vostra personalità lavorativa, oltre che del vostro carattere. La foto del profilo, come quella del CV, deve rispecchiare la professionalità, inquadrando solo il viso, su uno sfondo possibilmente neutro. Sarebbe un'ottima scelta utilizzare la stessa foto per tutti i profili social con cui si desidera cercare lavoro.
- Configurare le impostazioni sulla privacy: nell'ottica di utilizzare Facebook per trovare lavoro, l'idea migliore sarebbe quella di creare un profilo destinato solo al lavoro e al networking professionale. Se scegliete di utilizzare il vostro profilo personale, impostate con cura i filtri della privacy, con particolare attenzione a foto, aggiornamenti, vecchi post e a tutti quei contenuti che potrebbero compromettere o distorcere la ricezione della vostra figura professionale. Naturalmente, trattandosi di un social network e non di un curriculum vitae statico, non vi basterà definire il vostro profilo, ma dovrete mostrarvi attivi e dinamici, per aumentare le vostre possibilità di trovare lavoro.



- Collegatevi con le aziende che vi interessano: se volete usare Facebook per trovare lavoro, cercate le aziende che corrispondono alle vostre aspirazioni professionali, mettendo "mi piace" alle loro pagine, per ricevere aggiornamenti sulle attività di recruiting e sulle posizioni aperte. Potete inviare il vostro CV in allegato a un messaggio di posta privata, che deve contenere la vostra lettera di presentazione. Seguite anche le pagine fan e i gruppi promossi dalle aziende su Facebook, per partecipare ai concorsi e alle discussioni proposte.
- Pubblicare contenuti: dimostrate di essere sempre aggiornati e attivi, ricordando sempre il contesto in cui pubblicate. Scegliete contenuti di qualità, che possano suscitare interesse nei vostri contatti e dimostrare che conoscete bene un settore e che vi appassionate alle sue dinamiche. Lasciate commenti e partecipate alle discussioni, con moderazione ed evitando interventi inappropriati.
- Utilizzate Learn with Facebook: una piattaforma online integrata che contiene consigli e video lezioni dedicate al mondo del lavoro. Oltre ai consigli per la ricerca di lavoro, troverete lezioni specifiche per migliorare le vostre competenze professionali, sessioni speciali di marketing digitale e molto altro ancora.



## Fase2 - La funzione per cercare lavoro su Facebook



La funzione di ricerca di lavoro di Facebook offre reali opportunità di lavoro, se si sa come trovarle. Come su LinkedIn, anche su Facebook sono presenti annunci di lavoro. Infatti, le aziende potranno pubblicare offerte di lavoro nella scheda "Jobs" della loro pagina, nella Google Jobs Dashboard, nel Facebook Marketplace e nel News Feed attraverso annunci a pagamento. Chi è alla ricerca di un lavoro potrà scoprire le posizioni aperte e compilare automaticamente il modulo di candidatura, utilizzando le informazioni già inserite nel proprio profilo Facebook, modificandole se necessario e inviando poi la domanda direttamente all'azienda. L'appuntamento per il colloquio di lavoro, ovviamente, può essere fissato tramite Messenger. Il processo prevede la semplificazione della compilazione del curriculum, poiché tutti i dati saranno già disponibili sul social network. Infine, Facebook potrebbe mettere automaticamente in contatto i profili giusti con le aziende che li stanno cercando, anche senza che un utente cerchi attivamente un lavoro, attingendo alle preziose informazioni del profilo e confrontandole con le richieste delle aziende, proprio come fa LinkedIn con le posizioni suggerite.





## 2. LinkedIn

**Obiettivo** : come utilizzare LinkedIn per trovare e utilizzare informazioni per lo sviluppo della carriera

**Durata** : 60 minuti

**Materiali** : Dispositivi elettronici

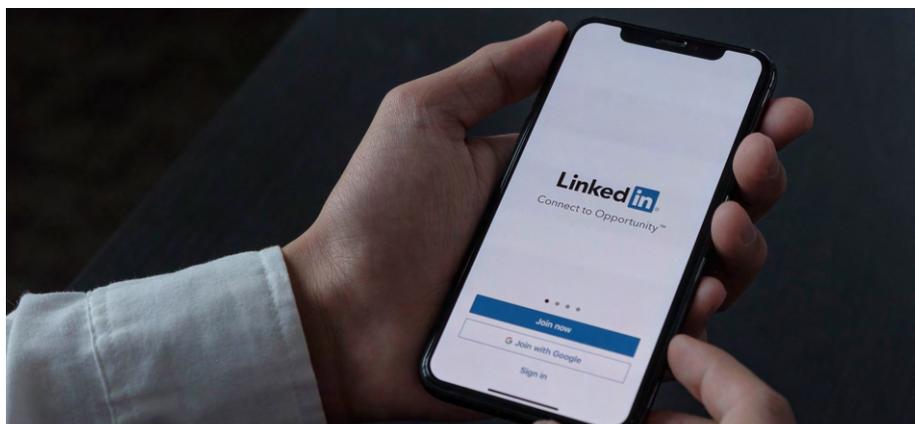
### Istruzioni

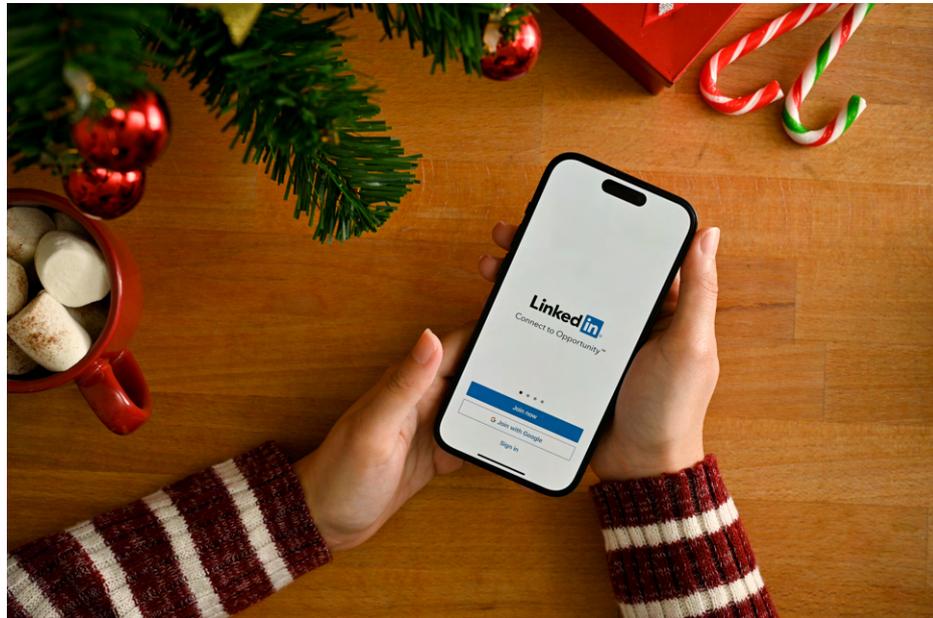
Bisogna essere consapevoli che avere un profilo LinkedIn non è sufficiente per trovare lavoro: è necessario stabilire contatti con professionisti del settore e rappresentanti del mondo HR, seguire le aziende e le loro opportunità di lavoro, partecipare a gruppi e discussioni del proprio settore professionale o in linea con le proprie ambizioni. LinkedIn può creare numerose opportunità per entrare in contatto con persone che possono offrire opportunità di lavoro e per essere individuati dai reclutatori alla ricerca di profili professionali da inserire in azienda. Inoltre, molte aziende pubblicano offerte di lavoro su LinkedIn, alle quali potete facilmente candidarvi utilizzando il vostro profilo come CV.

### Passo 1. Come creare un profilo LinkedIn di successo

- Leggete l'ultima edizione della Guida alla ricerca di lavoro pubblicata da LinkedIn: 38 pagine di consigli e indicazioni per sfruttare al meglio la rete professionale;
- Aggiornate il vostro curriculum e il vostro profilo LinkedIn e cambiate la vostra foto di tanto in tanto, avendo cura di scegliere sempre immagini professionali in cui, per essere chiari, indossate gli abiti che indossereste al lavoro. Selfie? Meglio di no;
- Traducete il vostro profilo almeno in un'altra lingua. Non è necessario rifare tutto da capo, c'è uno strumento di LinkedIn che può aiutarvi; non trascurate un titolo e un sommario descrittivi e non banali, la pubblicazione di articoli su vari argomenti e una frase che mostri il vostro potenziale con un occhio al futuro nella sezione "esperienze". Il sommario del profilo LinkedIn ha un ruolo strategico e non può essere relegato a un semplice copia e incolla della qualifica aziendale: è chiaro quindi che questi 120 caratteri non sono facili da riempire, cercando di essere attraenti per il nostro target e chiari e limpidi per l'algoritmo di ricerca.

- "Creare un riassunto efficace e unico per semplificare, potremmo distinguere due tipi principali di riassunto: Standard con dettagli e Creativo. Il primo, il riassunto standard con dettagli, è un riassunto che, pur riportando la qualifica, aggiunge alcuni dettagli, parole chiave o una frase per renderla più comprensibile, e specificarla meglio. Il secondo, quello creativo, rinuncia alla qualifica per sfruttare tutto lo spazio come se fosse uno slogan pubblicitario. Ma attenzione a non scrivere qualcosa di troppo criptico, non comprensibile, non rintracciabile dal motore di ricerca. In ogni caso, ciò che non può mancare sono termini o parole chiave, che rendano comprensibile al motore di ricerca e al lettore in cosa consista realmente il vostro lavoro.
- Utilizzate le parole chiave in tutti i campi del profilo, dal sommario alle competenze: la ricerca avviene attraverso di esse. Ma non esagerate ed evitate di "raccontarvi" attraverso le cosiddette buzzword, parole generiche come responsabile, esperto, creativo, motivato, strategico, innovativo...;
- Fatevi notare anche visivamente. Ad esempio, una bella immagine di sfondo e poi ancora video, slide, infografiche... sul vostro lavoro e sui progetti a cui avete lavorato. Non dimenticate i campioni di lavoro! Inserite ciò che avete sempre voluto inserire nel vostro curriculum. Compilate la descrizione sotto ogni lavoro e il riepilogo generale; non limitatevi alle mansioni, ma elencate anche i risultati ottenuti, pubblicate link, PDF e documenti e, se ne vale la pena, anche attestati di corsi, certificazioni, brevetti, volontariato; Utilizzate gli aggiornamenti di stato: sono una buona occasione per mettere in evidenza alcuni dei vostri ultimi lavori, condividere la lettura di un articolo o di un libro, promuovere la vostra presenza a un evento... preferibilmente durante l'orario di lavoro, poiché LinkedIn è un social network professionale. Con quale frequenza? Da 1 a 4 aggiornamenti al giorno, ma solo se avete cose rilevanti da condividere.





- Chiedete raccomandazioni alle persone con cui avete lavorato e ricambiate la cortesia: funziona un po' come con le recensioni su Amazon, che aiutano a fare la differenza tra un prodotto (in questo caso, un candidato) e un altro. Gli esperti di carriera su LinkedIn suggeriscono addirittura di creare un piano strategico per la ricerca di raccomandazioni, ricordando che deve mettere in risalto le vostre capacità lavorative. Quanto costa? Sempre secondo gli esperti, si dovrebbe cercare di ottenerne almeno una al mese.
- Costruite la vostra rete, non solo di amici: Ci sono tre tipi di persone da includere nelle vostre cerchie di LinkedIn: persone che conoscete personalmente, persone con molte connessioni ed esperti in materia. Ne servono almeno 50. Per ottenerle, cercate di personalizzare le richieste di connessione, sostituendo il triste "Vorrei aggiungerti alla mia rete professionale su LinkedIn" con una frase scritta di vostro pugno. Ricordate che, secondo LinkedIn, l'80% delle posizioni lavorative viene conquistato grazie al passaparola online.



## Fase 2 - Trovare lavoro su LinkedIn concentrandosi sulle parole chiave

LinkedIn è soprattutto un motore di ricerca che archivia i profili e restituisce determinati risultati corrispondenti a ricerche precise, espresse attraverso parole chiave. Può quindi essere utile per chi vuole farsi trovare utilizzando le parole chiave giuste nei campi giusti.

In particolare:

- Riepilogo delle qualifiche
- Elenco delle esperienze lavorative
- Relazioni
- Formazione sulle competenze
- Impulso di LinkedIn

Ciò non significa che per apparire in alto nei risultati interni di LinkedIn dobbiate concentrarvi sul lavoro con le parole chiave. Usate le parole chiave ma scrivete in modo naturale e descrivete quello che fate senza forzature, cioè senza ripetere eccessivamente le parole chiave che fanno al caso vostro. Per la scelta delle parole chiave su LinkedIn, potete basarvi su vari aspetti che riguardano l'insieme della vostra realtà lavorativa, in particolare:

- Titoli di studio (siete laureati/diplomati o avete un master in...?)
- Le competenze più rilevanti (soprattutto quelle tecniche che indicano direttamente cosa siete in grado di fare). Più sono i consensi che ricevete dai vostri contatti, più facilmente saranno indicizzati;
- Competenze sociali (ad esempio, capacità di gestire gruppi di lavoro in un determinato settore);
- Formazione e titoli di studio (dai certificati si possono ricavare idee sui titoli di studio da evidenziare);
- Esperienze di volontariato

### Fase 3 - Perché sfruttare LinkedIn Pulse per ottenere maggiore visibilità?

La partecipazione a gruppi e discussioni ha un grande valore. Se volete trovare lavoro con LinkedIn questo è il modo: dovete creare connessioni. Lavorate di più con il vostro blog interno: Pulse. Questa piattaforma può lanciare articoli che saranno rilanciati sulla vostra home page e nella community interna. Con LinkedIn Pulse, create contenuti utili per le persone che vi seguono, mettendo in mostra le vostre competenze e condividendo il vostro punto di vista su argomenti che conoscete. Questo non può che aiutarvi ad aumentare i vostri contatti utili e a farvi trovare un lavoro su LinkedIn in linea con le vostre aspirazioni e capacità. Un punto è chiaro: LinkedIn Pulse è una risorsa che non deve essere utilizzata per rilanciare semplicemente contenuti già visualizzati altrove. Utilizzatelo come un blocco note, per esprimere parte delle vostre riflessioni, ma non per duplicare i contenuti. LinkedIn non è un mercato, non è una piazza in cui urlare ed esporre le proprie competenze ai tetti. Non bisogna spammare, non bisogna fiondarsi sui contatti e inviare e-mail indesiderate con richieste di attenzione. Ci sono molti modi per intercettare il pubblico, ma l'attenzione non va pretesa: bisogna conquistarla con la qualità dei contenuti e delle informazioni.





## 3. Twitter

**Obiettivo :** come utilizzare Twitter per trovare informazioni rilevanti per lo sviluppo della carriera

**Durata :** 60 minuti

**Materiali :** Dispositivi elettronici

### Istruzioni

#### Fase 1 - Twitter: come usarlo per trovare lavoro

- Per farsi notare e trovare lavoro su Twitter, occorre innanzitutto un account coerente, professionale e che metta in luce le proprie passioni. Questo, infatti, può essere uno strumento in più per mettersi in mostra in rete e dare un'immagine di sé professionale e interessante agli occhi dei selezionatori. È quindi di primaria importanza curare la propria immagine pubblica per fare una buona impressione su chi "osserva" (non è raro che i selezionatori diano una sbirciatina ai profili social dei candidati, per farsi un'idea delle persone che incontreranno). Su Twitter, inserite brevi informazioni sulla vostra formazione e carriera professionale e non dimenticate di inserire i link a eventuali blog, siti personali o altri documenti online che parlano delle vostre esperienze. Può essere molto utile anche inserire un link al proprio profilo LinkedIn. Utilizzate una foto seria e scegliete un nome utente coerente con le vostre ricerche professionali (potete anche utilizzare un pseudonimo, purché indichi la vostra professione o le vostre competenze).
  - Molte aziende condividono offerte di lavoro anche su Twitter e reclutano attraverso questo e altri social network. Individuate le aziende o le persone che potrebbero rivelarsi importanti per il raggiungimento dei vostri obiettivi professionali e diventate loro follower. In questo modo, potrete rimanere sempre aggiornati sulle attività dei vostri contatti e ricevere in tempo reale eventuali segnalazioni su posizioni aperte e offerte di lavoro. Ricordate di attivare le notifiche sull'app Twitter del vostro smartphone per essere sempre connessi e informati sulle notizie di vostro interesse. Twitta spesso e partecipa alle discussioni, dimostrando le tue competenze e la tua professionalità. I presupposti fondamentali per una ricerca efficace su Twitter, così come per tutti gli altri social network, sono l'attività e l'interazione, finalizzate a
- Capitolo III - Trovare e utilizzare le informazioni rilevanti per lo sviluppo della ottenere visibilità e diffusione del proprio profilo professionale.

- Cercare attivamente le offerte di lavoro: utilizzate la barra di ricerca e lo strumento di ricerca avanzata per individuare tutti i tweet che possono riguardare il lavoro che state cercando (ricordate di specificare la località e la città di vostro interesse). Inserite nel motore di ricerca hashtag mirati, come #lavoro o #assunzione, o un altro hashtag che indichi la posizione che state cercando. Potete anche contattare direttamente le aziende che vi interessano, purché abbiate un profilo impeccabile.
- Create un breve "Twesume" di 140 caratteri da indirizzare a reclutatori e potenziali datori di lavoro. Anche questo è uno strumento estremamente utile, così come le liste che permettono di raggruppare i contatti per area tematica.

## Fase 2 - Come scrivere un "Twesume"?

Non esistono regole rigide o assolute per l'utilizzo del curriculum vitae su Twitter, ma se siete appassionati del mondo dei social network o semplicemente volete mettervi alla prova e innovare, ecco alcuni consigli su cosa inserire in 140 caratteri per ottimizzare il Twesume: Scrivere le informazioni di base (chi siete, cosa fate, quali aspirazioni di carriera avete), sfruttando tutti i caratteri a disposizione; Link al vostro curriculum vitae completo, al profilo LinkedIn o al sito web; Condividere il Twesume con le aziende e i recruiter di vostro interesse; Essere originali!





## Trovare e utilizzare le informazioni rilevanti per lo sviluppo della carriera

### Risorse utili

Altre applicazioni forniscono strumenti preziosi per promuovere l'apprendimento della carriera, la ricerca di lavoro e l'ottenimento di nuove opportunità di lavoro:

#### Monster

Oltre a ospitare un vasto elenco di offerte di lavoro, Monster offre anche suggerimenti, strumenti e coaching per aiutare chi cerca lavoro a prepararsi per i colloqui. Oltre a una chiara indicazione degli stipendi, questa app consente agli utenti di caricare curriculum e foto attraverso il portale dedicato.

Trovate l'app nel Google Play Store.

Trovate l'app nell'App Store di Apple.



#### Glassdoor

Non è solo un'applicazione potente per la ricerca del vostro prossimo lavoro, Glassdoor fornisce recensioni sulle aziende, consigli per i colloqui e informazioni sulle retribuzioni. Altre caratteristiche molto apprezzate sono le recensioni dei colloqui, le domande sui colloqui e i consigli degli esperti per candidarsi e ottenere il prossimo lavoro.

Trovate l'app nel Google Play Store.

Trovate l'app nell'App Store di Apple.





## Trovare e utilizzare le informazioni rilevanti per lo sviluppo della carriera

### Referenze

- Anthony, K. E., Nagel, D. M., & Goss, S. P. (Eds.). (2010). The use of technology in mental health: Applications, ethics and practice. New York, NY: CC Thomas.
- Beetham, H. & Sharpe, R. (2013). An introduction to 'rethinking Pedagogy. In Rethinking Pedagogy for a Digital Age. Designing for Twenty-first Century Learning. Second edition. London. Routledge.
- Bimrose, J., Barnes, S-A., Attwell, G. (2010). An investigation into the skills needed by Connexions Personal Advisers to develop internet-based guidance. CFBT: Warwick Institute for Employment Research: Reading/Coventry. Bimrose, J.,
- Hughes, D. & Barnes S-A (2011). Integrating new technologies into careers practice: Extending the knowledge base. London. UKCES.
- Bimrose, J., Wilson, R., Barnes, S-A., Owen, D., Li, Y., Green, A., Bosworth, L., Millar, P., Holden, A., Attwell, G., Rustemeier, P., Elferink, R. & Higginbottom, J. (2015). LMI for All: Developing a Careers Database (Final report). London: UK Commission for Employment and Skills.
- Bonini, T. (2015). 'The "Second Age" of podcasting: Reframing podcasting as a new digital mass medium', Quaderns del CAC, 41:18, July, pp. 21–30.
- Braun and Clarke (2006). Using thematic analysis in psychology, Qualitative Research in Psychology, 3:2, 77-101
- Burgess, Jean, Green, Joshua, & Rebane, Gala (2016) Agency and Controversy in the YouTube Community. In Friese, Heidrun, Rebane, Gala, Nolden, Marcus, & Schreiter, Miriam (Eds.) Handbuch Soziale Praktiken und Digitale Alltagswelten. Springer Fachmedien Wiesbaden, pp. 1-12
- Hooley, T. (2012). How the internet changed career: framing the relationship between career development and online technologies. Journal of the National Institute for Career Education and Counselling (NICEC). Issue 29 (October 2012)
- Hooley, T., Hutchinson, J., & Watts, A. (2010). Careering through the web: the potential of Web 2.0 and 3.0 technologies for career development and career support services. London. UKCES.

### Conclusioni

Le attività selezionate sono strumenti efficaci nell'ambito delle competenze digitali, nel senso che daranno alcuni spunti agli operatori giovanili e ai formatori su come migliorare l'uso dei social media per trovare informazioni rilevanti sullo sviluppo della carriera. I formatori potranno scegliere tra una varietà di 3 attività da includere nelle loro sessioni di formazione o di lavoro, dando l'opportunità ai giovani di interagire con i loro coetanei e di imparare l'importanza di avere uno spirito di squadra positivo.



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



# CAPITOLO IV

## MIGLIORARE LE PRESTAZIONI DIGITALI E IL LAVORO DI SQUADRA VIRTUALE



### R2: STRUMENTO DI FORMAZIONE SULLE COMPETENZE DIGITALI

2021-2-TR01-KA220-YOU-000047996





## Migliorare le prestazioni digitali e il lavoro di squadra virtuale

Sviluppato da INDEPCIE

### Panoramica del corso

La collaborazione in team a distanza consiste nel lavorare insieme come un team da diverse località del mondo allo scopo di raggiungere una visione condivisa, utilizzando strumenti e software online in tempo reale. Quando il lavoro di squadra virtuale ha successo, le organizzazioni e le aziende migliorano la loro produttività creando una cultura di squadra positiva e un modello più incentrato sui dipendenti attraverso l'uso di strumenti efficaci.

Esiste un'ampia gamma di strumenti di collaborazione che possono migliorare la comunicazione e la collaborazione tra i membri del team, come Google Workspace, Monday, Asana, Trello, Wrike, Slack, solo per citarne alcuni.

Tuttavia, in questo capitolo vorremmo presentare alcune attività che possono aiutare i formatori a potenziare il lavoro di gruppo online creando un impatto positivo sui partecipanti.

Dopo aver definito cos'è il team building virtuale, ci addentreremo in alcuni esercizi pratici che si dividono in due aree: rompighiaccio da un lato e team bonding dall'altro. Ciascuna delle sei attività specifica l'obiettivo, la durata, il materiale e le istruzioni da seguire.

Tutte queste attività possono essere utilizzate nell'ambito dell'educazione formale e non formale e richiedono che tutti i partecipanti si colleghino online attraverso una piattaforma digitale, poiché l'obiettivo principale di questo capitolo è quello di migliorare il lavoro di squadra digitale.





## Migliorare le prestazioni digitali e il lavoro di squadra virtuale

### Materiale necessario

Per svolgere le attività presentate in questo capitolo, i partecipanti avranno bisogno solo di un dispositivo elettronico che permetta loro di connettersi online attraverso una piattaforma online come Zoom, che consentirà ai membri del gruppo di entrare nelle sale di discussione.

### Gruppo target

I gruppi target sono gli operatori giovanili e i formatori, nonché gli insegnanti, i direttori scolastici, i consulenti psicologici, gli accademici nella formazione degli insegnanti, i centri di istruzione e le ONG educative per lo sviluppo personale. Particolare enfasi sarà posta sui giovani formatori con disabilità fisiche o difficoltà educative, nonché sui giovani formatori che hanno studenti/apprendisti rifugiati o immigrati nelle loro classi. D'altra parte, i beneficiari sono i giovani NEET, gli studenti e i discenti dei centri di formazione, dei centri di apprendimento permanente e dei relativi fornitori di istruzione non formale, i direttori scolastici, gli insegnanti, i rappresentanti delle ONG e gli esperti.

### Durata

Tutte le attività presentate in questo capitolo avranno una durata totale di quattro ore e 20 minuti al massimo, a seconda delle dimensioni dei gruppi. Tuttavia, le attività non sono sequenziali e possono essere alternate in diverse sessioni.

Per ciascuna delle sei attività presentate di seguito, sarà specificata la durata stimata.



## Enhancing digital performance and virtual teamwork

### Risultati dell'apprendimento

Alla fine di questo capitolo, il formatore guiderà i giovani a

- Comprendere l'importanza di creare un ambiente virtuale efficace.
- Imparare i vantaggi degli strumenti di comunicazione virtuale
- Acquisire una migliore misurazione delle proprie competenze digitali
- Imparare a creare un impatto positivo e uno spirito di squadra
- Migliorare le capacità di comunicazione, l'empatia e la creatività
- Favorire le relazioni tra i membri del team

### Analisi dei bisogni

Come si legge nel rapporto dell'indagine condotta dai partner di Digi4you, con l'avvento del XXI secolo e di nuovi concetti, come l'internet delle cose, i luoghi di lavoro virtuali e il lavoro di squadra online sono diventati competenze molto più critiche richieste ai dipendenti e ai giovani.

Inoltre, l'era post-covidica19 ha reso concetti come "lavoro da casa" molto più accettati e praticati. Pertanto, lavorare virtualmente con gli altri, comprendere la cultura del lavoro nei mezzi online e creare, mantenere e condividere efficacemente le risorse online con gli altri è diventato un prerequisito nel mercato del lavoro del 2030.

In questo senso, comprendere l'importanza di gestire efficacemente uno spazio di lavoro virtuale e di collaborare con i propri coetanei attraverso strumenti online può essere determinante per i giovani per adeguare le proprie competenze alle richieste di questa nuova epoca e di questo mercato del lavoro.



## Migliorare le prestazioni digitali e il lavoro di squadra virtuale

### Procedura

Le dinamiche lavorative sono cambiate da un giorno all'altro e i team virtuali sono diventati la norma nel 2020. Tuttavia, se gestita con successo, un'équipe virtuale o remota può avere molti vantaggi sia per gli operatori giovanili che per i giovani, la cui forza lavoro può essere potenziata dal lavoro a distanza.

A questo proposito, le attività di team building virtuale possono migliorare l'inclusione e la diversità tra i membri del team, in quanto consentono a persone diverse provenienti da vari contesti di condividere uno spazio di lavoro comune e di rafforzare i legami all'interno del team.

Ma cos'è il team building virtuale? Il team building virtuale è il processo di coinvolgimento di team remoti in un formato online per approfondire i legami all'interno del team (Harper, 2023). In questo senso, per costruire un team virtuale di successo, è fondamentale creare fiducia e facilitare la comunicazione all'interno del gruppo di persone che collaborano utilizzando diversi strumenti di comunicazione in un ambiente online.

Esiste un'ampia gamma di attività ed esercizi che possono essere utilizzati a distanza per migliorare il lavoro di gruppo virtuale, a seconda dello scopo o del tipo di emozione che il formatore vuole risvegliare nel gruppo in quel particolare momento. Ad esempio, i rompighiaccio possono essere una buona occasione per iniziare una sessione presentandosi a vicenda o per "rompere il ghiaccio" quando i partecipanti si trovano di fronte a sentimenti di disagio, dubbio, imbarazzo o paura.

### Ice Breaker

Un rompighiaccio è un'attività o un gioco progettato per aiutare i membri di un gruppo a iniziare il processo di conoscenza reciproca all'interno di un team. Di seguito è riportato un elenco di attività per rompere il ghiaccio che aiuteranno il formatore a "rompere il ghiaccio" che di solito limita o inibisce le interazioni di un gruppo di persone che potrebbero non conoscersi prima.



## Migliorare le prestazioni digitali e il lavoro di squadra virtuale

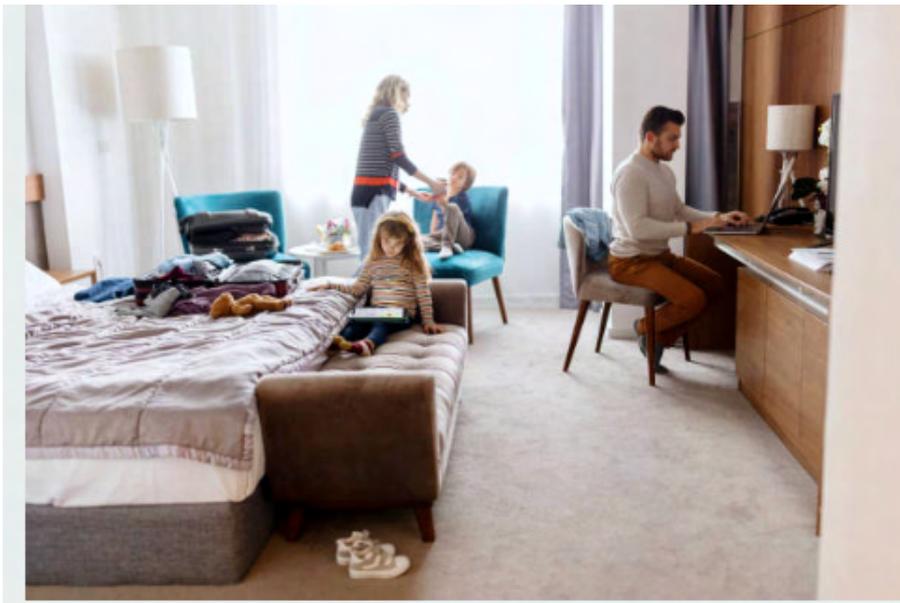
### 1. Di chi è la stanza/ufficio/scrivania?

**Obiettivo :** Conoscere gli altri

**Durata** 20-30 minuti

**Materiali :** Dispositivi elettronici e uno strumento di condivisione della vita

#### Istruzioni



1. Chiedete a ogni partecipante di scattare una foto del proprio ufficio e di caricarla su un file condivisibile, ad esempio Google Docs o Jamboard.
2. Prima di scattare la foto, incoraggiate i partecipanti a lasciare la loro stanza/ufficio/scrivania, in modo che la foto possa mostrare una rappresentazione fedele di loro stessi.
3. Infine, i membri del team cercano di indovinare di chi è la scrivania.  
Adattamento: Questo può essere fatto anche con tutto ciò che si trova nella stanza, ad esempio prendendo un paio di scarpe, ecc.



## Migliorare le prestazioni digitali e il lavoro di squadra virtuale

### 2. I bambini indovinano

**Obiettivo** : Conoscere gli altri

**Durata** : 15-20 minuti

**Materiali** : Dispositivi elettronici e foto del bambino

#### Istruzioni



1. Chiedete a ogni membro del team di inviarvi una propria foto del bambino e di spedirvela via e-mail in anticipo.
2. Raccogliere tutte le foto nello stesso documento (ad esempio, un documento Word, PPT, Google Docs...).
3. A turno, chiedete ai membri di indovinare chi è chi entro un certo tempo (a seconda delle dimensioni del gruppo). Ad esempio, dieci minuti.
4. Vince chi ha più punti, cioè più risposte corrette.

## Migliorare le prestazioni digitali e il lavoro di squadra virtuale

### 3. Cosa abbiamo in comune?

**Obiettivo :** Conoscere gli altri

**Durata** 20-30 minuti

**Materiali :** Dispositivi elettronici e una piattaforma online che permetta di creare sale di discussione come Zoom.

#### Istruzioni



1. Dividete il team in piccoli gruppi e distribuiteli nelle sale di discussione di Zoom, ad esempio.
2. Spiegate che devono stilare un elenco di 10 cose che hanno in comune.
3. Possono scrivere l'elenco in un documento condiviso o in una lavagna online come Jamboard.
4. Potete scegliere di parlare di argomenti personali (famiglia, hobby, vita sentimentale...) o lavorativi/accademici (titoli di studio, certificati, anni di esperienza...).
5. Dopodiché, riunite tutti gli elenchi nello stesso documento e leggeteli ad alta voce uno per uno, chiedendo a tutti di alzare la mano nel caso in cui la frase sia vera per loro. Per ogni affermazione, contate il numero totale di persone che sono d'accordo con essa.
6. Fate una sintesi delle affermazioni più frequenti e una discussione libera su di esse.



## Migliorare le prestazioni digitali e il lavoro di squadra virtuale

### Team Bonding

Il team bonding è un processo continuo attraverso il quale i team si avvicinano e costruiscono fiducia e facilità di comunicazione. Il legame comporta una maggiore lealtà reciproca e verso il team (The Team Building Company, n.d.). Ecco un elenco di alcune semplici attività di team bonding che possono essere svolte con gruppi di giovani in un contesto online per migliorare la loro capacità di lavorare a distanza in gruppo.

#### 1. Dibattiti

**Obiettivo** :Migliorare le capacità di comunicazione, lo spirito di squadra, l'empatia, la creatività e la promozione delle relazioni.

**Durata** :1 ora

**Materiali** : Piattaforma online che consente di creare sale di discussione come Zoom

#### Istruzioni

1. Parlate con i membri del vostro team per decidere l'argomento del dibattito. Dividete i partecipanti in due gruppi, cercando di renderli il più eterogenei possibile, unendo persone che di solito non lavorano insieme.
2. Giocate a "carta, forbice e sasso" per assegnare l'argomento a ciascun gruppo o a chi sarà "favorevole" e "contrario". Anche se il membro non è d'accordo con l'argomento che gli è stato assegnato, questa sarà una buona occasione per promuovere una discussione creativa e guardare l'argomento da una prospettiva diversa.
3. Fate in modo che le due squadre si incontrino separatamente in un'altra stanza e dite loro di pensare a diversi argomenti da usare durante il dibattito per sostenere il loro punto di vista.
4. Che il dibattito abbia inizio! L'istruttore deciderà chi è il vincitore o, se preferisce, può sorprendere entrambe le squadre dicendo che entrambe hanno vinto.

Idee per argomenti di dibattito:

Cosa è venuto prima? La gallina o l'uovo?

Le parole cattive sono cattive?

Il lunedì è il giorno più bello della settimana.

Essere belli è meglio che essere intelligenti. Non si dovrebbe mai uscire con un collega o un compagno di classe.



## Migliorare le prestazioni digitali e il lavoro di squadra virtuale

### 2. Libri / cinema / podcast club

**Obiettivo :** Imparare a conoscersi meglio come individui e ad avvicinarsi sempre di più.

**Durata :** 45-60 minuti

**Materiali :** Piattaforma di videoconferenza e argomenti da scegliere

#### Istruzioni



1. Prima di tutto, decidete con i membri del vostro team che tipo di club vorreste avere e con quale frequenza.
2. Ad esempio, se si decide di organizzare un club del libro, tutti devono partecipare volontariamente e devono essere soddisfatti dell'argomento scelto.
3. Ogni sessione può durare da 45 minuti a un'ora e l'organizzatore deve prepararsi un elenco di domande che possono essere affrontate durante il club.
4. Se avete difficoltà a scegliere l'argomento del club, potete esercitarvi con l'attività rompighiaccio "Cosa abbiamo in comune?" per trovare un argomento comune a tutti i membri.

## Migliorare le prestazioni digitali e il lavoro di squadra virtuale

### 3. Tirate fuori il vostro talento interiore

**Obiettivo :** Imparare a conoscere gli interessi, i talenti e le individualità degli altri; parlare in pubblico e impegnarsi in gruppo.

**Durata :** 30-60 minuti (a seconda delle dimensioni del gruppo)

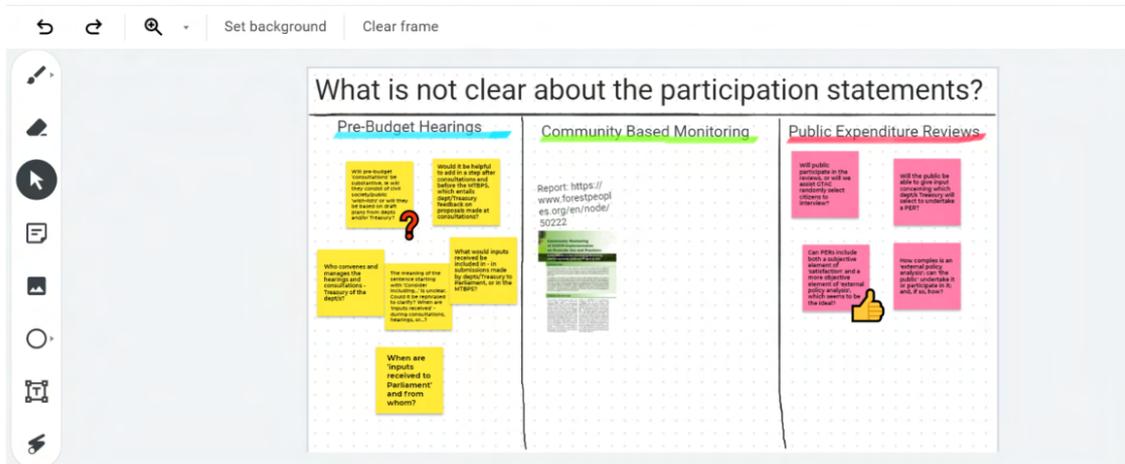
**Materiali :** Piattaforma di videoconferenza

#### Istruzioni



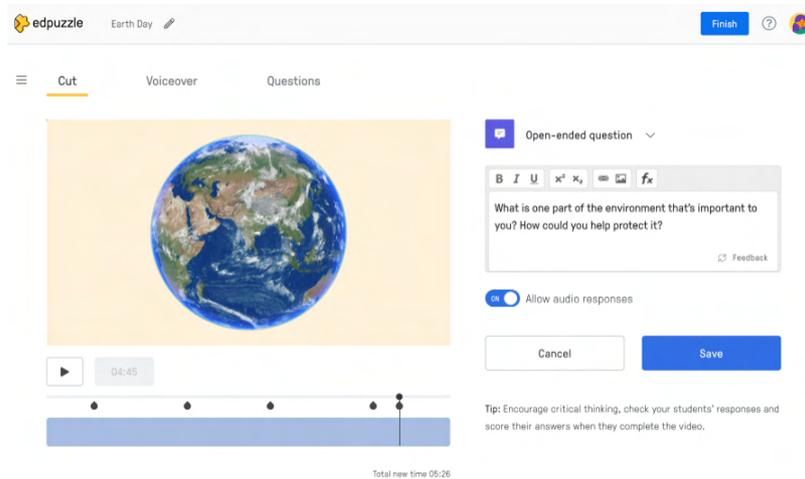
1. Prima della riunione online, comunicate con i membri del vostro team e spiegate che dovranno scegliere qualcosa che amano fare o che vorrebbero mostrare davanti ai loro colleghi e che potrebbe sorprenderli.
  2. Dovranno spiegare perché hanno scelto questo argomento e dovranno anche presentare quando hanno iniziato a svolgere quell'attività e altri dettagli affascinanti. Ciascun membro del team avrà a disposizione 15 minuti per la presentazione.
  3. Cercate di incoraggiare tutti i partecipanti a partecipare il più possibile, commentando o ponendo domande al relatore.
- Infine, ma non meno importante, i formatori possono beneficiare di un'ampia gamma di strumenti multimediali che li aiuteranno a promuovere il lavoro di squadra come modo per creare legami più forti tra i giovani e migliorare le loro relazioni interpersonali.

## Jamboard



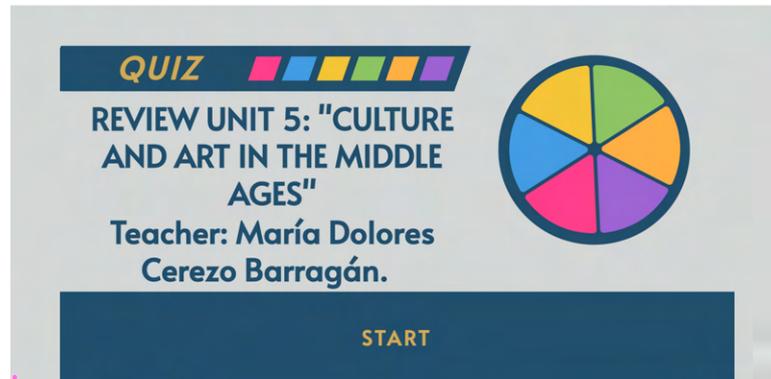
Jamboard è una lavagna collaborativa online. Offre uno spazio di lavoro creativo, come la narrazione di storie, l'organizzazione grafica, la discussione di pro e contro o le biografie.

## Edpuzzle



Edpuzzle è un'applicazione web per scopi didattici, in quanto consente al formatore di creare quiz o inserire note audio o produrre un "doppiaggio" completo del video.

## Quizizz



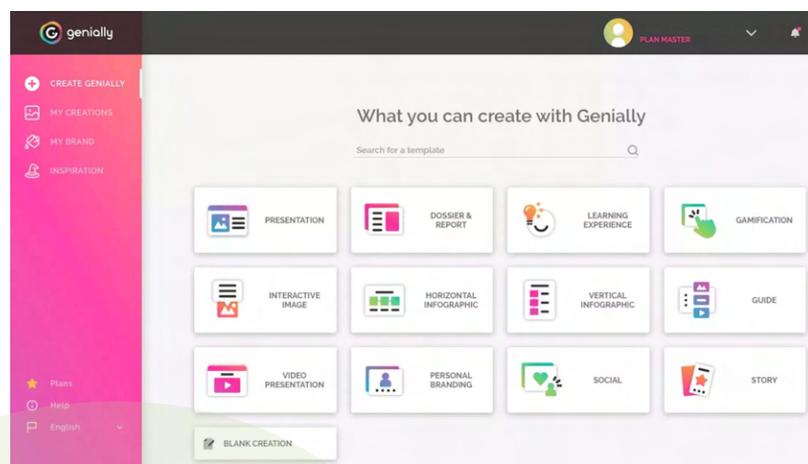
Applicazione Quizizz per creare domande personalizzate in modo divertente e giocoso

## Flipgrid



Programma di registrazione video Flipgrid che permette al discente di dare voce alla propria voce

## Genially



Strumento online di tipo generale per la creazione di tutti i tipi di contenuti visivi e interattivi in modo rapido e semplice, per uso individuale o di gruppo.



## Migliorare le prestazioni digitali e il lavoro di squadra virtuale

### Risorse utili

Di seguito è riportato un elenco di riferimenti che possono essere utili per migliorare le capacità di lavoro in team virtuale:

Migliorare l'efficacia dei team virtuali: Capire perché le competenze tradizionali dei team sono insufficienti

Team virtuali in tempi di pandemia: Fattori che influenzano le prestazioni

Come ottimizzare le prestazioni dei team nell'ambiente di lavoro digitale

Team virtuali

Linee guida per l'animazione giovanile virtuale

Sette consigli per migliorare la creazione di team

virtuali Far funzionare i team virtuali: Dieci principi

di base Il lavoro di squadra virtuale

I migliori strumenti software per team virtuali

La società di team building (n.d.). Team building o team bonding

Migliorare il lavoro di squadra virtuale: Strategie per una migliore collaborazione.

Moffit, B. (2022) Kumospace

### Conclusioni

Le attività selezionate sono strumenti efficaci nell'ambito delle competenze digitali, nel senso che daranno alcuni spunti agli operatori giovanili e ai formatori su come migliorare l'uso dei social media per trovare informazioni rilevanti sullo sviluppo della carriera. I formatori potranno scegliere tra una varietà di 3 attività da includere nelle loro sessioni di formazione o di lavoro, dando l'opportunità ai giovani di interagire con i loro coetanei e di imparare l'importanza di avere uno spirito di squadra positivo.



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



# CAPITOLO V

## CREAZIONE DI UN PORTFOLIO DIGITALE E FORMAZIONE ONLINE



### R2: STRUMENTO DI FORMAZIONE SULLE COMPETENZE DIGITALI

2021-2-TR01-KA220-YOU-000047996



## Creazione di un portfolio digitale e formazione online

Sviluppato da ESICA

### Panoramica del corso

Il portfolio è uno dei modi più efficaci per riunire e dimostrare le competenze di un individuo. Permette di utilizzarlo in vari ambiti nei colloqui di lavoro, nelle domande di ammissione all'università o per impressionare i clienti. In alcuni casi, spiegare il proprio lavoro a voce non è sufficiente. Il datore di lavoro potrebbe chiedere qualcosa di più pratico, ed è questo il momento di condividere i lavori svolti attraverso un portfolio creativo e visivamente accattivante.

Il corso è diviso in due parti: una teorica e una più pratica. In linea con questi risultati, lo scopo di questo kit di strumenti è quello di fornire una formazione sulla creazione di un portfolio digitale a tutti gli individui, in particolare ai NEET, sulla base dell'occupazione e della digitalizzazione.

La prima parte si concentra su alcuni contenuti teorici che il formatore può spiegare durante diverse sessioni a seconda delle esigenze del gruppo. In particolare, introduce l'importanza dei portfolio e i diversi tipi. Incoraggia gli studenti a riflettere sui loro progressi e sul loro sviluppo, comprendendo come valorizzare le loro competenze. Nella seconda parte, ai partecipanti verrà chiesto di preparare un portfolio per una persona di fama mondiale e di successo a loro scelta. In questo modo, tutti i partecipanti, compresi quelli che non hanno mai lavorato prima, impareranno a preparare un eportfolio.

Tutte queste attività possono essere utilizzate sia nell'ambito dell'educazione formale che di quella non formale e richiedono che tutti i partecipanti si colleghino online attraverso una piattaforma digitale, poiché lo scopo principale di questa parte è insegnare come preparare un e-portfolio.





## Creazione di un portfolio digitale e formazione online

### Materiale necessario

Per svolgere le attività presentate in questo capitolo, i partecipanti dovranno disporre di un dispositivo elettronico che permetta loro di connettersi online attraverso una piattaforma online. Durante le attività possono essere utilizzate piattaforme online come Zoom e creatori di e-portfolio come Behance.

### Gruppo target

Questo programma di formazione è destinato a formatori di giovani, operatori giovanili e personale di centri di apprendimento permanente e fornitori di istruzione non formale. Ha l'obiettivo di fornire alle persone, soprattutto a quelle che non frequentano corsi di istruzione, lavoro o formazione (NEET), le competenze necessarie per creare un portfolio digitale, in risposta alla crescente domanda di digitalizzazione nel mercato del lavoro.

Tutte le attività presentate in questo capitolo avranno una durata totale di quattro ore e 20

minuti al massimo, a seconda delle dimensioni dei gruppi. Tuttavia, le attività non sono sequenziali e possono essere alternate in diverse sessioni.

Per ognuna delle sei attività presentate di seguito, verrà specificata la durata stimata

### Durata

Il modulo può essere suddiviso in due sessioni: 1 ora per quella teorica e 1 ora e 15 minuti per quella pratica.



## Creazione di un portfolio digitale e formazione online

### Risultati dell'apprendimento

Alla fine di questo capitolo, il formatore aiuterà i giovani a:

- conoscere l'importanza dell'e-Portfolio;
- conoscere i diversi tipi di e-Portfolio;
- auto-riflessione sulle competenze e sui

risultati ottenuti;

- essere in grado di distinguere i contenuti da inserire nel portfolio; acquisire familiarità con gli strumenti online per la creazione di portfolio;
- come strutturare un CV;
- come dare priorità e forma alle informazioni in base all'obiettivo;
- creare effetti visivi per attirare l'attenzione del lettore;
- acquisire familiarità con le diverse piattaforme digitali.

### Analisi dei bisogni

La necessità di migliorare le competenze digitali dei NEET è sempre più pressante nell'attuale mercato del lavoro, dove la competenza digitale è diventata un requisito fondamentale per molte carriere. Per rimanere competitivi, è fondamentale che i giovani sviluppino le proprie competenze digitali e acquisiscano familiarità con gli strumenti e le tecnologie più recenti. La creazione di un portfolio digitale offre ai NEET un'opportunità preziosa per dimostrare la propria alfabetizzazione digitale e mostrare le proprie competenze ed esperienze ai potenziali datori di lavoro.

Un e-portfolio non è solo una piattaforma per mostrare le loro competenze digitali, ma serve anche come strumento di sviluppo personale. I NEET possono riflettere sul loro percorso di apprendimento, fissare obiettivi e monitorare i loro progressi nello sviluppo delle competenze digitali. Può anche essere uno strumento prezioso per l'autopromozione, in quanto possono condividere il loro portfolio con potenziali datori di lavoro e fare rete con i colleghi del loro settore.

Inoltre, questo progetto si allinea alla tendenza più ampia della trasformazione digitale, in cui l'uso della tecnologia sta rapidamente cambiando il nostro modo di vivere e lavorare. La creazione di un portfolio digitale non solo migliorerà le competenze digitali dei NEET, ma sosterrà anche il loro sviluppo personale e professionale complessivo.

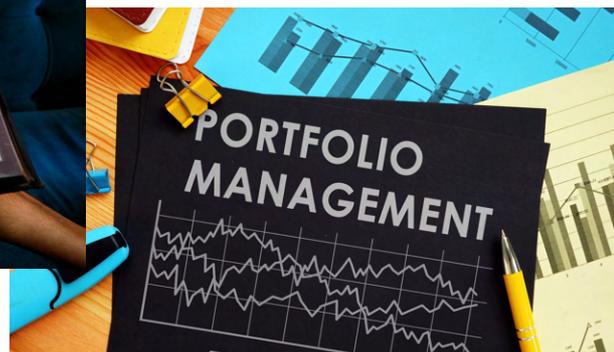
In conclusione, la creazione di un portfolio digitale per i NEET rappresenta un passo importante per migliorare le loro competenze digitali e renderli più competitivi sul mercato del lavoro. Fornisce una piattaforma per l'autopromozione, lo sviluppo personale e professionale e si allinea alla tendenza più ampia della trasformazione digitale.



## 2) Tipi di Portfolio

In breve, il portfolio è uno dei modi più visivi ed efficaci con cui le persone possono presentarsi. Le caratteristiche generali di un portfolio presentano le seguenti caratteristiche (Kan, 2007, 136):

- **Sviluppo:** Un portfolio rappresenta lo sviluppo e l'apprendimento di una persona in un periodo di tempo. Un portfolio è una raccolta di risultati dell'apprendimento in un lungo periodo di tempo, non una raccolta di comportamenti mirati che possono essere osservati in un breve periodo di tempo.
- **Portfolio vetrina:** "Pensate a una vetrina in un museo. Gli oggetti migliori sono esposti e possono anche essere messi sotto i riflettori. Un portfolio vetrina funziona allo stesso modo, mettendo in mostra il vostro lavoro migliore in un unico posto. Questo portfolio dovrebbe contenere campioni, prodotti e incarichi che vi facciano fare un figurone!". (Alyssa Mertens, Quali sono i diversi tipi di portfolio?, 2023)
- **Autentico:** Il portfolio combina il lavoro e le prestazioni della persona stessa. I test tradizionali non riflettono normalmente la conoscenza di come una persona si sta sviluppando e il suo potenziale in tutti gli aspetti. Il portfolio, invece, è una tecnica di valutazione autentica perché mostra prodotti di apprendimento concreti e dimostra lo sviluppo della persona nel tempo.
- **Riflessivo:** Il portfolio può aiutare l'individuo a rivedere i suoi sforzi passati, a rendersi conto che può fare meglio e a lavorare in questa direzione.
- **Individuale:** Il portfolio mostra i progressi dell'individuo nel processo di apprendimento su una base strutturata, preparata in base alle scelte individuali. In altre parole, il portfolio riflette la scelta individuale dei contenuti e lo stile individuale.
- **Interattivo:** L'individuo condivide il proprio lavoro con l'ambiente attraverso il portfolio e riceve così suggerimenti e indicazioni. In questo modo, l'interazione con l'ambiente aumenta.



### 3) E-Portfolio

Con lo sviluppo della tecnologia, è emerso il concetto di digitalizzazione e la preparazione di portfolio e contenuti simili è diventata generalmente digitale. È così che è emerso il concetto di e-portfolio. Un e-portfolio è una raccolta di elementi del portfolio memorizzati in formati elettronici come audiovisivi, grafici o testuali (Akgün & Kölemen, 2020, 123). Esistono diverse fonti che consentono agli utenti di creare contenuti e immagini con diverse alternative per i loro e-portfolio.

#### 3.1) Vantaggi dell' E-portfolio

Sebbene esistano diversi tipi di e-portfolio, essi presentano molti vantaggi comuni (Jwaifell, 2013,

360). Questi possono essere riassunti come segue:

- accesso facile e veloce ai contenuti;
- facile riorganizzazione dei contenuti;
- è possibile lavorare in una sezione in tempi diversi, chiudendo e rientrando;
- crea un processo interattivo tra insegnante-studente e datore di lavoro-lavoratore.
- il visivo ha il potere: si possono usare elementi digitali come audio, video, grafica, fotografie;
- migliora le competenze digitali;
- offre opportunità di apprendimento permanente.

#### 3.2) E-portfolio competenze

Oltre a questi vantaggi generali, le competenze e le abilità acquisite con il portafoglio elettronico possono essere elencate come segue (Akgün & Kölemen, 2020, 123-124):

- Pianificazione strategica, acquisizione e analisi delle conoscenze,
- Connessione,
- pensiero critico,
- problem solving,
- Sintetizzare e mettere insieme i pensieri e il lavoro, progettare l'aspetto e il layout,
- Valutazione e autoriflessione,
- abilità comunicative,
- accettazione di sé e degli altri,
- valori ed etica.



## 4) Come preparare un portfolio nei canali digitali?

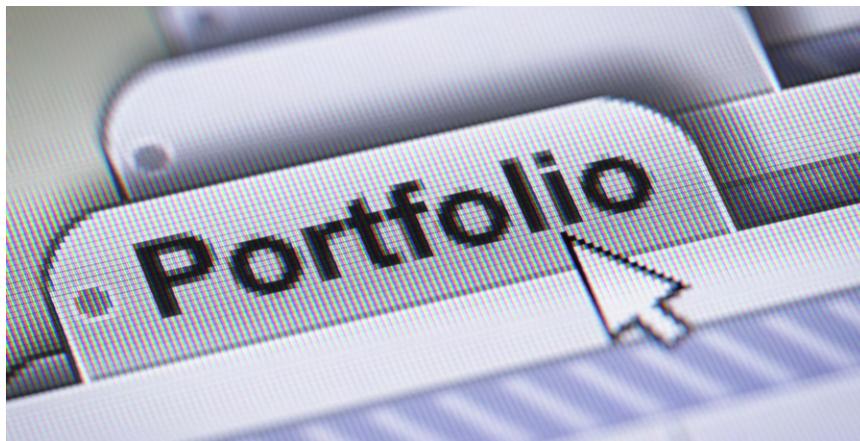
È molto importante avere un portfolio digitale in un mondo che diventa ogni giorno più digitale. Esistono molti modi e metodi diversi per preparare un portfolio digitale. Oltre alle alternative gratuite, se avete un sito web personalizzato, può essere un modo molto elegante ed efficiente per presentare il vostro lavoro. Oggi esistono modelli di siti web adatti a tutte le tasche e anche a nessuna.

In questo caso, potete scegliere un modello adatto a voi, quindi organizzare la vostra home page in base all'area di attività e dividere il menu superiore in temi in base all'attività interessata. Naturalmente, è necessario assicurarsi che le informazioni di contatto siano collocate in un'area rapidamente riconoscibile.

La disponibilità di applicazioni mobili per i portafogli elettronici può garantire l'uso continuo del portafoglio, giorno per giorno o anche in qualsiasi momento.

In questo modo, le esperienze possono essere immediatamente riflesse nel portfolio e aiutano l'auto-riflessione del discente sui risultati raggiunti.

Uno dei limiti dei portfolio elettronici è la quantità di spazio di archiviazione. Lo spazio di archiviazione può causare problemi nell'aggiungere/caricare video, immagini o registrazioni audio. La lentezza o l'insuccesso nell'aggiunta/caricamento possono far perdere la motivazione o rinunciare a costruire un prodotto duraturo. Per evitare queste situazioni, la quantità di spazio di archiviazione deve essere mantenuta alta. Se non c'è la possibilità, si può caricare tramite altre piattaforme come Youtube, SlideShare, Google Drive (Mıdık, 2021, 60-61).



Nella fase di preparazione del portfolio, ci sono molti consigli per facilitare questo processo. Questi possono essere riassunti come segue:

- Il portfolio dovrebbe essere composto dai lavori più spettacolari, non da tutti i lavori prodotti. In altre parole, il portfolio deve riflettere i vostri maggiori risultati, essere aggiornato e chiaro nei suoi obiettivi.
- Sotto ogni lavoro deve essere inclusa una descrizione dettagliata ma accurata. La parte cruciale e difficile è riuscire a selezionare e includere i lavori che non lascino ulteriori domande o dubbi a chi guarda il vostro portfolio.
- L'attenzione deve essere rivolta all'esperienza dell'utente. Tutti gli studi non devono essere disposti in modo irregolare, ma devono essere separati in base al settore di appartenenza o disposti in ordine cronologico.

È necessario verificare i dettagli tecnici del portfolio digitale. Ad esempio, occorre verificare il tempo di caricamento, la compatibilità con i dispositivi mobili e la risoluzione delle immagini del portfolio trasmesse tramite un link.

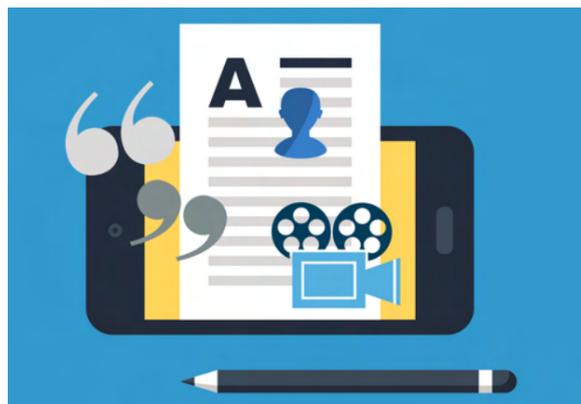


## 5) Cosa includere nel Portfolio?

Di solito, pensando a un esempio di e-Portfolio, l'utente potrebbe essere portato a pensare che sia utilizzato solo in alcuni campi come l'architettura, l'illustrazione, il design grafico o la fotografia. Ma oltre a questi, è possibile creare un e-portfolio qualificato per molte altre professioni.

Ad esempio, un social media manager o un editore può preparare un file portfolio composto dalla pagina che gestisce e dai contenuti che crea. In questo processo, alcune specifiche possono essere molto funzionali alla preparazione di un portfolio. Queste sono le seguenti:

- Menzionate i lavori che sono già stati apprezzati, premiati o apprezzati personalmente da professionisti del settore;
- Preparate un flusso di lavoro che descriva chiaramente il vostro stile e metta in evidenza le caratteristiche che vi distinguono dagli altri;
- Includere una sezione "About Me" in cui inserire informazioni personali e formative dettagliate. In questa sezione devono essere indicate chiaramente informazioni esaurienti come la data di nascita, i premi ricevuti, le esperienze, il diploma, i seminari e i corsi frequentati e i certificati (ma ricordate di includere solo le informazioni rilevanti ai fini del vostro portfolio);
- Si consiglia di lavorare in formato GIF o video piuttosto che con contenuti visivi statici per dare l'idea di un portfolio dinamico e contemporaneo, rendendo la lettura più piacevole e interessante;
- Anche se il CV viene inviato come allegato separato nell'e-mail, deve essere incluso nel portfolio. In questo modo, tutte le informazioni saranno presentate all'interlocutore nel loro insieme;
- Si raccomanda di inserire nel portfolio un'area che comprenda le vostre soft skills, come il lavoro di squadra, la gestione dei progetti, la leadership, il pensiero critico, ecc.



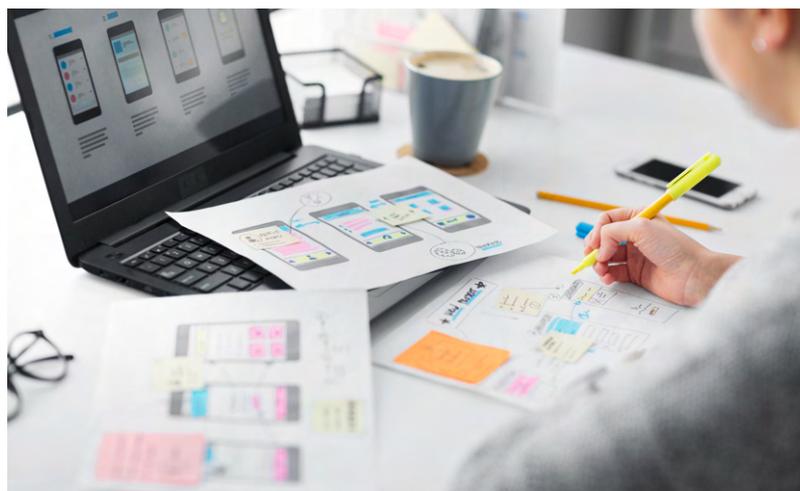
## 6) Processo di preparazione del portfolio digitale e raccomandazioni:

### Flowchart



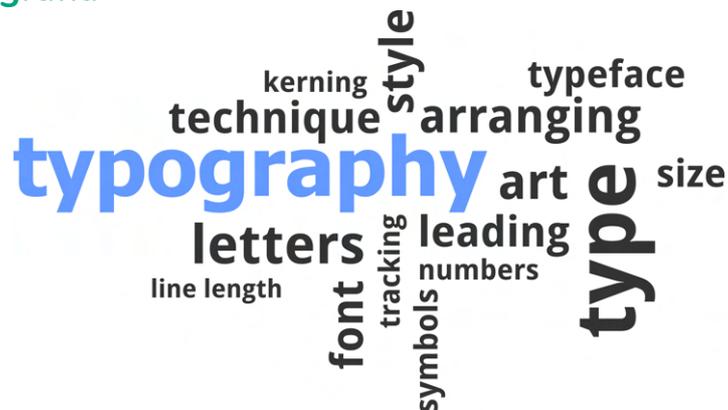
Prima di avviare un portfolio digitale, è necessario realizzare un piano aziendale. I documenti devono essere presentati al pubblico nel modo più facilmente comprensibile, in ordine di importanza. In un portfolio digitale, si può stabilire un ordine gerarchico, dalle voci più generali alle informazioni dettagliate.

### Design dell'interfaccia



Nella progettazione dell'interfaccia si deve tenere conto della persona che vede il portfolio digitale per la prima volta e di quella che lo guarda continuamente. Entrambi devono poter accedere alle sezioni desiderate con pochi clic. Quando si prepara un portfolio digitale, bisogna considerare che non tutti gli utenti hanno conoscenze tecniche. È necessario realizzare un portfolio semplice e veloce.

## L'arte della tipografia



Lo scopo principale dell'uso della tipografia nel design di un'interfaccia è quello di informare. Il carattere, l'aspetto e la struttura scelti devono facilitare la leggibilità ed essere compatibili con l'intera pagina. Il carattere tipografico viene utilizzato per l'organizzazione delle informazioni e per la lettura.

## Uso del colore e degli elementi dell'immagine



L'uso di troppi colori nel design dello schermo rende difficile la percezione degli altri elementi. Influisce negativamente sull'effetto dei prodotti visivi presentati. Nei siti di portfolio si dovrebbero preferire colori di sfondo neutri che non riducano l'effetto delle opere ed evitare l'uso di texture complesse sullo sfondo della pagina.

## Uso di elementi sonori e funzioni multimediali



Nell'ambiente web, il suono è compatibile con il design solo quando interagisce con un altro elemento. L'uso appropriato e corretto del suono aumenta l'effetto dell'animazione e dell'interazione con l'utente. L'animazione deve essere utilizzata in modo da non distrarre l'attenzione e non influire negativamente sugli elementi che vogliamo siano percepiti in primo luogo.



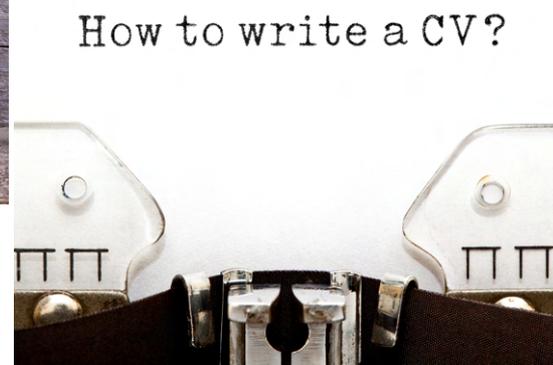
### CV Design

Il presentatore del portfolio deve preparare un curriculum speciale.

Il CV deve mostrare il valore personale, documentare il passato e prevedere il futuro. Il CV deve essere personalizzato e modellato in base al suo scopo e al messaggio che si vuole trasmettere. Il formato cronologico (dal più recente al più vecchio) mette in risalto la formazione, il lavoro e i progetti più recenti. Il formato cronologico inverso viene messo in risalto abbellendo i titoli strategici, le responsabilità e i risultati ottenuti. Una versione interessante di questo formato è quella che mette in risalto gli ultimi anni di carriera. I CV che mettono in risalto l'esperienza sono più utili.

I titoli di lavoro, la storia lavorativa e le posizioni ricoperte devono essere caratterizzati dai risultati ottenuti. I progettisti utilizzano questo tipo di CV più spesso quando sono orientati verso un obiettivo specifico della loro carriera.

## Informazioni che il CV deve contenere



Gli obiettivi aziendali devono essere dichiarati.

A chi volete rivolgervi con il vostro CV? A quale posizione lavorativa state puntando?

I paragrafi devono essere concisi.

Le informazioni relative all'istruzione e alla formazione professionale devono essere accuratamente documentate in uno spazio ridotto.

Tutte le informazioni pertinenti devono essere elencate in ordine cronologico inverso. I risultati straordinari e i primi premi devono essere menzionati.

Devono essere incluse le lezioni, i seminari, i corsi, i workshop e così via.

Si deve scrivere il titolo del lavoro, l'azienda, la data, le responsabilità e il tipo di contratto (ad esempio, lavori part-time, volontariato).

Premi, partecipazioni, borse di studio, mostre e pubblicazioni, ecc. sono informazioni di base che possono essere incluse nel CV.

Le referenze non vengono sempre richieste, ma possono fare la differenza. I nomi di 3 professionisti che conoscono la persona attraverso una collaborazione o un'esperienza lavorativa possono scrivere una lettera per spiegare perché il candidato è eccezionale e affidabile. È opportuno indicare i loro nomi, le posizioni, gli indirizzi e i numeri di telefono (Öz-Pektaş, 2018, 1232-1233).

## Mettiamolo in pratica!

Se foste un personaggio di fama mondiale, chi sareste e come sarebbe il vostro portfolio?

### Istruzioni

1. Iniziate dando ai partecipanti una panoramica della lezione. Scambiatevi idee sull'importanza e sui requisiti della preparazione dell'e-Portfolio (5 minuti).
2. Guardate questo video e preparate insieme un portfolio campione (20 minuti)
3. Condividete con i partecipanti l'elenco di persone famose nel mondo appartenenti ai gruppi professionali riportati nell'elenco sottostante. Chiedete ai partecipanti di scegliere una persona dall'elenco. (L'elenco sottostante è stato preparato come esempio. Potete anche lasciare la scelta ai partecipanti) (5 minuti)



1. Leonarda da Vinci



6. Zaha Hadid



2. Micheal Jackson



7. Mozart



3. Antonio Gaudi



8. Tchaikovski



4. Pablo Picasso



9. William Shakespear



5. Mimar Sinan



10. Victor Hugo

4. Preparate un e-portfolio per un personaggio famoso del vostro settore e presentatelo alla classe. (60 minuti)



## Creazione di un portfolio digitale e formazione online

### Autovalutazione

1. Quale dei seguenti non è un vantaggio dell'e-portfolio?
  - a) aumentare le capacità digitali
  - b) offre opportunità di apprendimento permanente
  - c) crea un processo interattivo tra insegnante - studente e datore di lavoro - lavoratore
  - d) influenzare direttamente il reclutamento senza bisogno di altro
2. Quale delle seguenti non è una delle informazioni consigliate da includere in un portafoglio elettronico?
  - a) Brevi informazioni descrittive su di voi
  - b) Brevi informazioni descrittive sulla vostra famiglia
  - c) Brevi informazioni sulle vostre soft skills
  - d) Brevi informazioni sul premio ricevuto o sul contenuto prodotto.
3. Quale dei seguenti non è un tipo di e-portfolio?
  - a) Produttivo
  - b) Riflettente
  - c) Individuale
  - d) Autentico

### Referenze

- Arnaud, M. (2006). Improving European employability with the e-portfolio. In Handbook on quality and standardisation in e-learning (pp. 263-273). Springer, Berlin, Heidelberg.
- Akgün, E., & Kölemen, C. Ş. (2020). E-Portfolyo Oluşturmanın Öğrencinin Akademik Öz Düzenleme Becerisine Etkisi. Milli Eğitim Dergisi, 49(227), 117-140.
- Çetin, B. (2005). Portfolio Değerlendirme: tanımı, özellikleri uygulanması, üstünlükleri ve sınırlılıkları. Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 5(2), 175-187.
- Jenson, J. D., & Treuer, P. (2014). Defining the E-Portfolio: What it is and why it matters. Change: The Magazine of Higher Learning, 46(2), 50-57.
- Jwaifell, M. (2013). A proposed model for electronic portfolio to increase both validating skills and employability. Procedia-Social and Behavioral Sciences, 103, 356-364.
- Kan, D. (2007). Portfolyo değerlendirme. Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 32(32), 133-144.
- Mıdık, Ö. (2021). Öğrenme ve ölçme-değerlendirmeye odaklı başarılı bir E-portfolyo nasıl tasarlanır?. Tıp Eğitiminde Yeni Konular, Ankara: Türkiye Klinikleri, 58-63.



## Creazione di un portfolio digitale e formazione online

---

### Risorse utili

- Come creare un portfolio digitale | Portfolio digitale con Adobe Express
- Creare portfolio digitale in Google Sites
- Come creare un portfolio! (Tutorial Wix)
- Come creare un portfolio di grande impatto con Canva
- Come preparare il vostro portfolio di design su Behance / Tutorial sul design

### Conclusioni

In conclusione, questa unità sui portfolio digitali offre un approccio completo per migliorare le competenze digitali dei NEET. Le attività presentate forniscono una gamma di opzioni che formatori, animatori e coordinatori possono incorporare nelle loro sessioni di formazione, dalle attività più brevi a quelle più lunghe. Attraverso queste esperienze interattive, i giovani studenti sono in grado di sviluppare le loro competenze digitali, di impegnarsi con i loro coetanei e di comprendere l'importanza del lavoro di squadra e della collaborazione nell'era digitale. Inoltre, la creazione di un portfolio digitale funge da strumento prezioso per lo sviluppo personale e professionale, offrendo ai giovani l'opportunità di riflettere sul proprio percorso di apprendimento, di fissare obiettivi e di mostrare le proprie competenze digitali a potenziali datori di lavoro. Questo capitolo si propone di aiutare i giovani a navigare nel panorama digitale in rapida evoluzione e a rimanere competitivi nel mercato del lavoro.



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



## CAPITOLO VI

### GESTIONE DEL TEMPO ONLINE



### R2: STRUMENTO DI FORMAZIONE SULLE COMPETENZE DIGITALI

2021-2-TR01-KA220-YOU-000047996



## Gestione del tempo online

Sviluppato da INDEPCIE

### Panoramica del corso:

Gestire il nostro tempo in modo efficace può avere un grande impatto sul modo in cui navighiamo nella vita e raggiungere un migliore equilibrio vita-lavoro. Tuttavia, il più delle volte ci ritroviamo a perdere tempo in attività inutili, dette anche "timekillers", che possono interferire con i nostri livelli di produttività e con il nostro benessere generale.

Secondo Sodexo (n.d.), uno dei problemi principali per molte persone oggi è la sensazione di dover sempre lavorare. I progressi come la digitalizzazione, se da un lato hanno snellito il lavoro e aumentato l'efficienza, dall'altro hanno portato con sé il crescente senso di insoddisfazione di cui soffrono molti giovani.

Ci sono solo 168 ore in una settimana, quindi è fondamentale che i giovani pensino a come sfruttarle al meglio per vivere una vita equilibrata e gratificante. Spesso le persone sopravvalutano la quantità di tempo che hanno a disposizione per i vari obblighi e attività,

lasciando poco tempo per la cura di sé e degli altri. In questo capitolo, il formatore guiderà i giovani partecipanti a essere consapevoli del modo in cui spendono il loro tempo e a pensare a diverse strategie per far coincidere le loro azioni con i loro obiettivi.

La prima parte si concentrerà su alcuni contenuti teorici che il formatore potrà spiegare in diverse sessioni a seconda delle esigenze del gruppo. La seconda parte, invece, comprenderà un programma di lezioni con diversi esercizi che aiuteranno i partecipanti a riflettere sul tempo che dedicano a determinate attività nella loro vita quotidiana, in modo che siano prima di tutto consapevoli di come utilizzano il loro tempo.

Tutte queste attività possono essere utilizzate nell'ambito dell'educazione formale e non formale e richiedono che tutti i partecipanti si colleghino online attraverso una piattaforma digitale, poiché l'obiettivo principale di questo capitolo è quello di migliorare la gestione del tempo online.



### **Materiale necessario**

Per svolgere le attività presentate in questo capitolo, i partecipanti avranno bisogno solo di un dispositivo elettronico che permetta loro di connettersi online attraverso una piattaforma online come Zoom.

### **Gruppo target**

I gruppi target saranno gli operatori giovanili e i formatori, nonché gli insegnanti, i direttori scolastici, i consulenti psicologici, gli accademici nella formazione degli insegnanti, i centri di istruzione e le ONG educative per lo sviluppo personale. Un'attenzione particolare sarà rivolta ai giovani formatori con disabilità fisiche o difficoltà educative, nonché ai giovani formatori che hanno studenti/apprendisti rifugiati o immigrati nelle loro classi.

D'altra parte, i beneficiari saranno i giovani NEET, gli studenti e gli allievi dei centri di formazione, dei centri di apprendimento permanente e dei relativi fornitori di istruzione non formale, i direttori scolastici, gli insegnanti, i rappresentanti delle ONG e gli esperti.

### **Durata**

Tutte le attività pratiche presentate in questo capitolo avranno una durata totale di massimo tre ore, a seconda delle dimensioni dei gruppi. Gli esercizi pratici possono essere seguiti in sequenza o, se il formatore preferisce, possono essere modificati e implementati nel corso di diverse lezioni.

### Risultati dell'apprendimento

Alla fine di questo capitolo, il formatore aiuterà i giovani a comprendere

- cosa significhino gestione del tempo ed equilibrio tra vita privata e vita lavorativa.
- Identificare le strategie per raggiungere un migliore equilibrio tra lavoro e vita privata
- Brainstormare e trovare strategie per la gestione del tempo

### Analisi dei bisogni

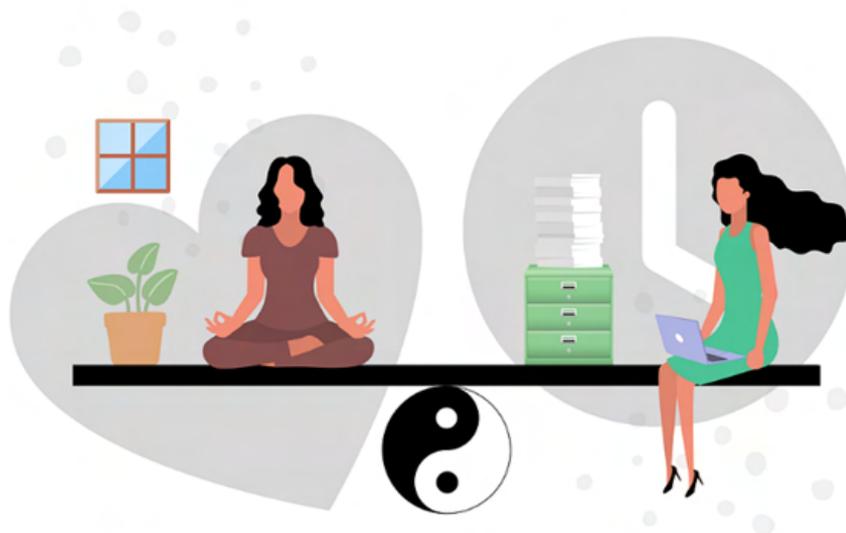
Come scritto nel rapporto dell'indagine condotta dai partner di Digi4you, uno degli obiettivi principali del progetto Digi4you è aumentare le capacità di gestione del tempo e di lavoro di gruppo dei NEET. In questo senso, la gestione del tempo online si è evoluta fino a diventare una delle competenze digitali fondamentali per i giovani in un contesto in cui il multitasking è diventato la norma. Questo capitolo sarà anche una guida per i coordinatori dei giovani per migliorare le loro competenze con i concetti e le tecniche delle competenze digitali, perché li aiuterà a incrementare le abilità cognitive e l'insegnamento delle soft skills attraverso gli strumenti ICT.



### Procedura

#### Parte 1: Impariamo alcuni concetti!

#### Cosa sono la gestione del tempo e l'equilibrio tra lavoro e vita privata?



Pianificare e regolare la quantità di tempo da dedicare ai vari compiti è il processo di gestione del tempo. Una carriera di successo è il risultato di una gestione efficace del tempo, che permette di ottenere di più in meno tempo, di ridurre lo stress e il carico di lavoro.

Secondo l'OCSE, invece, l'equilibrio di vita è il rapporto proporzionale tra il tempo di lavoro e il tempo dedicato alla famiglia, alle attività ricreative, al riposo, al tempo libero e alla cura di sé. L'equilibrio vita-lavoro consiste nel riuscire a creare un bilanciamento tra gli impegni familiari, il tempo libero e il lavoro, compreso quello retribuito e quello non retribuito. L'OCSE sottolinea inoltre che trovare un equilibrio adeguato tra lavoro e vita quotidiana è una sfida che tutte le persone devono affrontare. Le famiglie ne sono particolarmente colpite. Pertanto, la capacità di combinare con successo lavoro, impegni familiari e vita personale è importante per il benessere di tutti i membri di una famiglia (OCSE, n.d.).

## Suggerimenti per identificare la mancanza di equilibrio tra lavoro e vita privata

Come si possono individuare le principali conseguenze della mancanza di un buon equilibrio tra lavoro e vita privata e il modo in cui questo influisce sulla propria vita? Ecco alcuni suggerimenti:

### 1. Stress e manifestazioni psicosomatiche

Lo stress può manifestarsi in modi diversi, che vanno da un marcato carattere irritabile a manifestazioni psicosomatiche. Secondo un rapporto elaborato da Eurofound (2010), lo stress è identificato come un problema serio nella maggior parte dei Paesi europei, essendo tra le principali cause di assenza dal lavoro.

### 2. Sindrome da burnout

I lavoratori che soffrono maggiormente di burnout professionale, che si tratti di lunghi spostamenti quotidiani o di diverse responsabilità, sono i più vulnerabili a questa malattia. I suoi sintomi sono la stanchezza cronica e l'inefficienza, aspetti che riducono la produttività.

### 3. Aumento della depressione

Molti problemi personali sono il risultato di orari incompatibili e di un sovraccarico di lavoro.

### 4. Insonnia e stacanovismo

Anche se non sono malattie "di per sé", sono fattori che possono danneggiare la salute.

### 5. Mancanza di motivazione dovuta alla disconnessione con il proprio scopo di vita

### 6. Disagio e lontananza dai propri cari





## I vantaggi di un buon equilibrio tra lavoro e vita

### 1. Buon ambiente di lavoro

Numerosi studi dimostrano che le aziende con dipendenti felici sono più redditizie e produttive, e che i loro dipendenti hanno maggiori probabilità di mantenere il loro attuale posto di lavoro a lungo termine.

### 2. Buona vita sociale

La soddisfazione per il fatto che il proprio lavoro non è un peso, ma permette di avere una vita sociale. Esiste una correlazione diretta tra il numero di interazioni sociali che una persona ha ogni giorno e i suoi sentimenti di gioia e appartenenza.

### 3. Migliorare lo stato di salute

Chi ha opzioni di lavoro flessibili, ad esempio, tende a essere meno stressato, a mantenere una migliore salute fisica e mentale e a dormire meglio.



## I vantaggi di un buon equilibrio tra lavoro e vita

Prendete nota di questi 10 consigli e condivideteli con i vostri amici e familiari affinché possano avere una vita equilibrata!

### 1. Stabilire obiettivi giornalieri sul lavoro per evitare di sovraccaricarsi di lavoro

Ogni giorno, fate un programma di lavoro con obiettivi chiari e raggiungibili. In questo modo, vi assicurerete di non dovervi impegnare più di quanto siete in grado di fare.

### 2. Esaminate a fondo ciò che funziona per voi e ciò che non funziona.

Cercate di essere aperti su ciò di cui avete veramente bisogno. Iniziate a fare piccoli cambiamenti e poi, una volta che vi sentite sicuri, procedete in quella direzione.

### 3. Delegare le responsabilità

Imparate a delegare i compiti che possono essere svolti da altri, sia a casa che al lavoro. Dite addio all'attributo di "essere perfetti" e non portate tutti gli obblighi. Questa è la chiave per la convivenza in ogni luogo.

### 4. Definire le priorità

Anche se tutti i vostri compiti sono importanti, non tutti sono ugualmente urgenti o necessari nello stesso momento. Mettete in ordine i vostri compiti e concentratevi su uno alla volta.

### 5. Esprimere se stessi

Se sentite di fare troppo, se non avete abbastanza tempo, se non riuscite a mettere ordine nel caos, comunicate con i vostri colleghi e superiori e con i professionisti che possono aiutarvi.





## 6. Rilassatevi e scoprite quali sono le attività che vi danno energia.

Dedicate del tempo al piacere.

Forse dovrete andare a ballare, fare esercizio fisico, dedicarvi a un hobby, mangiare più sano, dormire il giusto, passare più tempo con la vostra famiglia, respirare o meditare.

## 7. Siate flessibili e pratici.

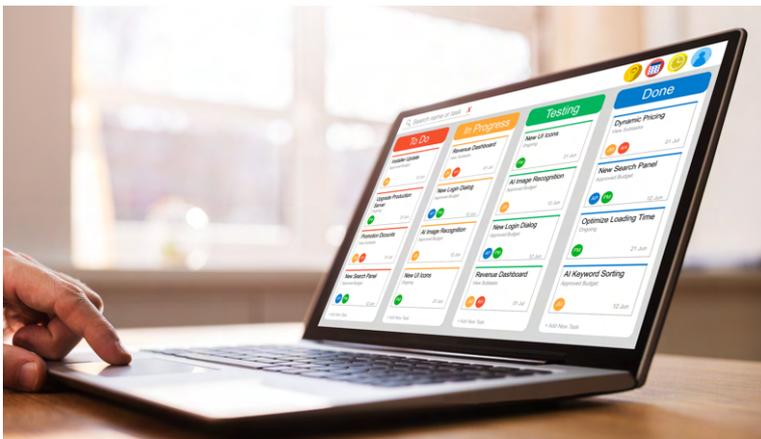
Capire che le cose non vanno sempre come previsto è fondamentale per non sovraccaricarsi. Quando si verificano dei problemi, cercate delle soluzioni pratiche.

## 8. Imparare a dire di no

Va bene aiutare gli altri o offrirsi di fare del lavoro extra, ma non esagerate, riconoscete il carico di lavoro che potete gestire e non accettatelo se questo compromette il vostro tempo libero.

## 9. Stabilire gli orari.

Non solo con i vostri capi, ma anche con i vostri colleghi e, ancora di più, con voi stessi. Stabilite quando lavorare e quando staccare per stare con i vostri cari.



## Parte 2 : Mettiamolo in pratica!

1. Iniziate dando ai partecipanti una panoramica della lezione. Informateli che la discussione di oggi sarà incentrata su come utilizzare il tempo che abbiamo a disposizione. "Per sfruttare al meglio il nostro tempo ed essere il tipo di persone attente, contente e impegnate che vogliamo essere, discuteremo alcune strategie" (5 minuti)

2. Fate il seguente esercizio, tratto da "Soulwork Finding the Work You Love, Loving the Work You" di Bloch & Lee (1998), per aiutare i partecipanti a riflettere sulla loro gestione del tempo (10 minuti).

a) Nella colonna "Livello attuale", dite loro di stimare la quantità relativa di tempo che dedicano a quel ruolo della vita.

b) In seguito, dovranno valutare se è questo il modo in cui desiderano trascorrere il loro tempo. Dovranno modificare le percentuali nella colonna "Livello preferito" per riflettere il modo in cui desiderano impiegare il loro tempo.

Role	Current Level	Preferred Level
Worker	<input type="text"/> %	<input type="text"/> %
Learner	<input type="text"/> %	<input type="text"/> %
Religious or spiritual participant	<input type="text"/> %	<input type="text"/> %
Person at leisure	<input type="text"/> %	<input type="text"/> %
Citizen	<input type="text"/> %	<input type="text"/> %
Friend	<input type="text"/> %	<input type="text"/> %
Spouse or partner	<input type="text"/> %	<input type="text"/> %
Family member	<input type="text"/> %	<input type="text"/> %
	= 100%	= 100%



c) Dopo aver stimato la quantità relativa di tempo che dedicano ai diversi ruoli della vita, ora possono meditare sulle seguenti affermazioni:

Ne ho bisogno:

Iniziare a fare

Smettere di fare

Continuare a fare

Fare di più

Fare meno

Fare diversamente

3. Chiedete ai partecipanti di compilare questo documento Excel con il numero di ore che dedicano ogni settimana a determinate attività (15 minuti).

4. Guardate il video "Come ottenere il controllo del vostro tempo libero" in cui l'esperta di gestione del tempo Laura Vanderkam studia come le persone impegnate trascorrono la loro vita e offre alcune strategie pratiche per aiutare a trovare più tempo per ciò che è importante per noi, in modo da "costruire le vite che vogliamo nel tempo che abbiamo". (12-15 minuti)

5. Durante la visione, chiedete agli studenti di scrivere le strategie sentite da Laura Vanderkam, che sono le seguenti:

- Scrivete la lettera di auguri per le vacanze della famiglia per identificare le vostre priorità principali.
- Fate un elenco di tre categorie di priorità e includete le vostre priorità nell'agenda settimanale prima di includere altri compiti e appuntamenti
- Tenete un'agenda del tempo
- Massimizzate i momenti "intermedi" mettendo giù il telefono e facendo ciò che più vi sta a cuore.

6. In piccoli gruppi o in stanze separate su Zoom, e a seconda delle dimensioni del gruppo, dite agli studenti di pensare ai vantaggi o agli svantaggi dell'uso di ciascuna delle strategie sopra menzionate (20 minuti).

7. Chiedete a tutti i membri di votare la strategia migliore secondo loro (10 minuti).

8. Divideteli in due gruppi per un dibattito in cui metà del gruppo sarà d'accordo sul fatto che questa strategia ha molti vantaggi, mentre l'altro gruppo dovrà trovare argomenti per confutarla. Date loro 10 minuti per rafforzare i loro punti di vista (15 minuti).

9. Che il dibattito abbia inizio! Il formatore deciderà chi è il vincitore o, se preferite, potete sorprendere entrambe le squadre dicendo che entrambe hanno vinto (20 minuti).

10. Incoraggiare i partecipanti a creare il proprio diario del tempo per la prossima settimana su una piattaforma online. Alla fine della settimana, dite loro di confrontare il loro diario effettivo della settimana precedente con l'esercizio di gestione del tempo che hanno completato all'inizio di questa lezione. Identificate le somiglianze e le differenze tra il diario attuale (25 minuti).

11. Infine, riflettete sulle seguenti domande con l'intero gruppo (15-20 minuti) Come

- potete pianificare un uso migliore del vostro tempo?
- In che modo una buona gestione del tempo influisce sulla nostra capacità di prenderci cura di noi stessi e degli altri?
- Di quali elementi della vostra attuale gestione del tempo siete più orgogliosi? E di cui siete meno orgogliosi?
- Quanto tempo dedicate attualmente alla cura degli altri o di voi stessi? È la quantità di tempo "giusta"?





## I vantaggi di un buon equilibrio tra lavoro e vita

### Risorse utili

- [What is time management?](#)
- [Time Management Apps](#)
- [Time Management Tools](#)
- [Online Students Guide to Time Management](#)
- [6 Tips for Better Work-Life Balance](#)
- [The 7 Challenge Areas for Work-Life Balance](#)
- [The 25 Big Companies with the Best Work-Life Balance](#)
- [The Tools It Takes for Work-Life Balance](#)
- [Best Tools to Improve Work-Life Balance](#)
- [Work-Life Balance Tips](#)
- [Finding Work-Life Balance Infographic](#)
- [OECD \(n.d.\). Work-Life Balance. OECD Better Life Index.](#)
- [Sodexo \(2021\). 10 consejos para el equilibrio laboral y personal en tu empresa.](#)
- [Sodexo Servicios de calidad de vida.](#)
- [Sodexo \(n.d.\). El equilibrio entre la vida personal y profesional. Sodexo.](#)

### Conclusioni

Nel corso di questa lezione, i formatori attingeranno a una serie di dinamiche d'aula che aiuteranno i giovani a mettere in pratica diverse strategie e metodi di gestione del tempo online.

Non solo i formatori e i giovani impareranno alcuni consigli su come mantenere un buon equilibrio tra lavoro e vita privata, ma potranno anche consultare la letteratura e diverse risorse con utili strumenti online che consentiranno loro di gestire il proprio tempo in modo più efficace.



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



## CAPITOLO VII

### RAGGIUNGERE GLI OBIETTIVI



## R2: STRUMENTO DI FORMAZIONE SULLE COMPETENZE DIGITALI

2021-2-TR01-KA220-YOU-000047996





## Raggiungere gli obiettivi

Sviluppato da Euro-net

### Panoramica del corso

L'importanza della definizione di obiettivi efficaci non può essere sopravvalutata nel nostro percorso personale verso il successo. Imparare a conoscere l'importanza della definizione degli obiettivi e i benefici che derivano dall'attenersi a tali obiettivi può essere il fattore determinante per capire se davvero abbracciamo l'importanza della definizione degli obiettivi. Quanto più siamo disposti ad abbracciare questo metodo, tanto più è probabile che riusciamo a raggiungere le nostre personali definizioni di successo personale e professionale. Secondo le ricerche di psicologi, neurologi e altri scienziati, fissare degli obiettivi ci motiva a investire nell'obiettivo come se lo avessimo già raggiunto. In altre parole, fissando un obiettivo, piccolo o grande che sia, vicino o lontano nel futuro, una parte del nostro cervello crede che il risultato desiderato sia una parte essenziale di ciò che siamo, creando le condizioni che ci spingono a lavorare per raggiungere gli obiettivi per soddisfare l'immagine di sé del cervello. Pertanto, questo capitolo vi illustrerà alcuni dei benefici che otterrete imparando a fissare gli obiettivi seguendo 3 diversi moduli composti da esercizi.

### Materiale necessario

Per svolgere le attività presentate in questo capitolo, i partecipanti avranno bisogno solo di dispositivi portatili (ad esempio, telefoni cellulari, computer portatili, iPad).

### Gruppo target

I gruppi target sono gli operatori giovanili e i formatori, nonché gli insegnanti, i direttori scolastici, i consulenti psicologici, gli accademici nella formazione degli insegnanti, i centri di istruzione e le ONG educative per lo sviluppo personale. Particolare enfasi sarà posta sui giovani formatori con disabilità fisiche o difficoltà educative, nonché sui giovani formatori che hanno studenti/apprendisti rifugiati o immigrati nelle loro classi.

D'altra parte, i beneficiari sono i giovani NEET, gli studenti e i discenti dei centri di formazione, dei centri di apprendimento permanente e dei relativi fornitori di istruzione non formale, i direttori scolastici, gli insegnanti, i rappresentanti delle ONG e gli esperti.

## Raggiungere gli obiettivi

### Durata

30 minuti per ogni modulo di apprendimento. 90 minuti in totale

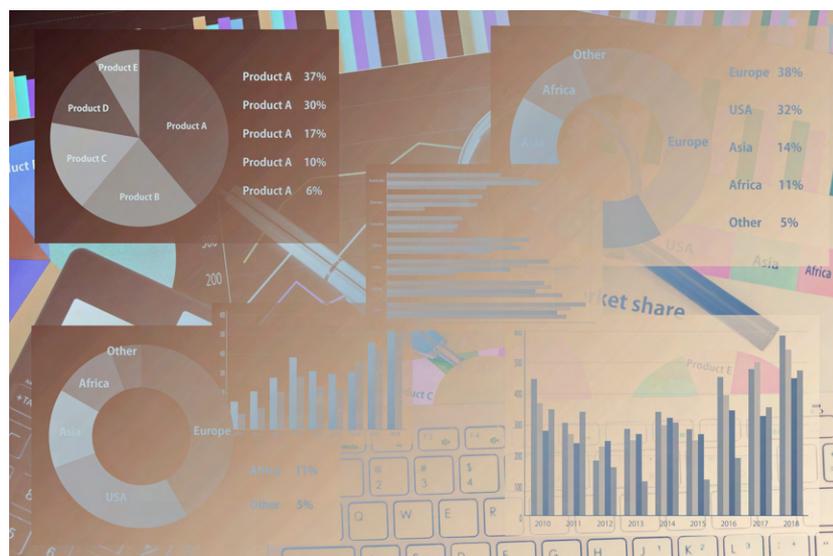
### Risultati dell'apprendimento

Una sintesi degli obiettivi può comprendere:

- esaminare le loro formulazioni di obiettivi e sostituire le formulazioni di obiettivi non utili o inefficaci con alternative migliori.
- promuovere un comportamento orientato agli obiettivi aumentando le aspettative di successo del gruppo target, rafforzando la motivazione e il coinvolgimento emotivo e avviando azioni di pianificazione e risoluzione dei problemi.
- aiutare il gruppo target a costruire abitudini che si tradurranno in un cambiamento duraturo utilizzando la formulazione di obiettivi di processo.

### Analisi dei bisogni

Questo capitolo è composto da attività rivolte alle esigenze del gruppo target per aiutarlo a sviluppare le capacità di raggiungere gli obiettivi del proprio percorso di vita.



### Procedura

#### 1. Analisi avanzata degli obiettivi

**Obiettivo** :Come imparare a identificare gli obiettivi

**Durata**: 30 minuti

**Materiali** : Dispositivi elettronici

#### Istruzioni

La formulazione di un obiettivo è un primo passo importante nel processo di raggiungimento dello stesso. Gli obiettivi possono essere classificati secondo diverse dimensioni e queste dimensioni possono aiutare a spiegare perché alcune formulazioni di obiettivi contribuiscono al benessere e alla performance e altre no (o in misura minore). La prima dimensione lungo la quale gli obiettivi possono essere classificati è la prossimità. Mentre gli obiettivi a breve termine possono essere raggiunti in un tempo relativamente breve, quelli a lungo termine richiedono investimenti e impegno a lungo termine.

La seconda dimensione è la specificità dell'obiettivo. Mentre gli obiettivi specifici hanno uno stato finale chiaramente definito (ad esempio, perdere cinque chili), gli obiettivi non specifici sono ambigui o diffusi nell'esatto livello di prestazione richiesto per raggiungerli (ad esempio, perdere un po' di peso).

La terza dimensione che può essere utilizzata per classificare gli obiettivi è l'orientamento all'azione. Gli obiettivi di avvicinamento sono focalizzati sul raggiungimento di un risultato

positivo (ad esempio, il superamento dell'esame), mentre gli obiettivi di evitamento sono espressi come un allontanamento da uno stato indesiderabile (ad esempio, non essere bocciati all'esame).

La quarta dimensione riguarda lo scopo degli obiettivi. Si può fare una distinzione tra obiettivi di apprendimento, il cui scopo è sviluppare o acquisire un attributo, come un'abilità o una conoscenza specifica di un compito, e obiettivi di prestazione, il cui scopo è convalidare attributi personali, come l'abilità, e cercare valutazioni positive di tali attributi da parte degli altri. In questo strumento, il gruppo target utilizza queste cinque dimensioni per a) analizzare le proprie formulazioni di obiettivi e, b) quando necessario, trasformare formulazioni di obiettivi non utili in formulazioni più utili.



## Fase 1 - Elencare gli obiettivi

Gli obiettivi possono essere classificati secondo diverse dimensioni. Prendiamo ad esempio la specificità. Gli obiettivi si differenziano per la loro specificità

## Fase 2 - Comprendere i diversi tipi di obiettivi

Elencate fino a 7 obiettivi che state perseguendo. Possono essere piccoli o grandi obiettivi, qualsiasi cosa vogliate realizzare.

## Fase 3 - Analisi degli obiettivi

Ora che avete imparato a conoscere i diversi tipi di obiettivi, date un'occhiata all'elenco di obiettivi che avete stilato nella fase 1.

## Fase 4 - Valutazione degli obiettivi

Ogni tipo di obiettivo presenta vantaggi e svantaggi. Mentre alcuni tipi di obiettivi dovrebbero essere evitati (come quelli vaghi), altri tipi di obiettivi funzionano meglio in particolari situazioni o combinazioni. Comprendendo i pro e i contro dei diversi tipi di obiettivi, è possibile formulare gli obiettivi in modo da avere le maggiori probabilità di realizzarli. In questa fase si esaminerà la fase 3 dell'analisi degli obiettivi e si determinerà l'efficacia e l'utilità di ciascun obiettivo.

Considerate le cinque dimensioni degli obiettivi spiegate al punto 2. Utilizzando queste cinque dimensioni, indicate quale tipo di obiettivo corrisponde meglio a ciascuno dei vostri obiettivi personali. È a breve o a lungo termine? Approccio o evitamento? Apprendimento o prestazione?



### 2. Visualizzazione degli obiettivi

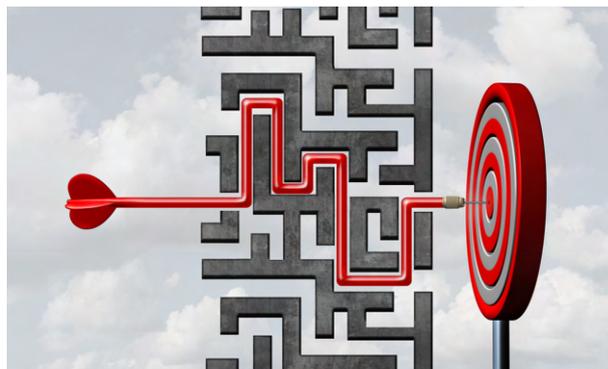
**Obiettivo:** Come imparare a visualizzare l'obiettivo

**Durata:** 30 minuti

**Materiali:** Dispositivi elettronici

#### Istruzioni

L'immaginazione mentale di eventi futuri (nota anche come simulazione mentale, visualizzazione di obiettivi e futuro immaginato) è una tecnica che aiuta le persone a "immaginare possibilità e a sviluppare piani per realizzarle". È stato dimostrato che questo esercizio promuove un comportamento orientato agli obiettivi, aumentando le aspettative di successo, rafforzando la motivazione e il coinvolgimento emotivo e avviando azioni di pianificazione e risoluzione dei problemi. L'immaginazione mentale può essere focalizzata sul risultato, in cui si generano immagini dei risultati o degli obiettivi, o sul processo, in cui si generano immagini delle fasi che portano ai risultati e agli obiettivi. L'immaginazione focalizzata sul risultato può aiutare a immaginare il risultato desiderato e a identificare piani specifici e concreti. Le immagini focalizzate sul processo guidano a visualizzare il processo attraverso il quale un obiettivo sarà raggiunto e, a sua volta, a formare piani d'azione per il perseguimento dell'obiettivo. Ad esempio, è stato dimostrato che l'immaginazione mentale di sé possibili (cioè la generazione di immagini di ciò che si potrebbe diventare) aumenta la motivazione aiutando le persone a identificare gli obiettivi e a sviluppare un comportamento orientato agli obiettivi e a migliorare le prestazioni immaginando il proprio successo futuro.



## Fase 1 - Guidare l'obiettivo attraverso l'esercizio utilizzando il seguente script

Per iniziare, prendetevi un momento per mettervi comodi e chiudete delicatamente gli occhi. Fate alcuni respiri lenti e profondi e rilassatevi. Per il prossimo tempo vi parlerò e voi non dovrete fare altro che ascoltare e immaginare. Fate del vostro meglio per non addormentarvi. Rilassatevi e immaginate.

Ok, vorrei che pensaste a un obiettivo che volete raggiungere nel prossimo anno della vostra vita. Potrebbe trattarsi di un obiettivo relazionale, educativo, personale o lavorativo. Prendetevi un momento per portare avanti questo obiettivo e visualizzarlo nella vostra mente. (30 sec.). Ora, con questo obiettivo personale in mente, vorrei che immaginaste di andare avanti

nel tempo nel futuro... avanzando di una settimana... di due settimane... di tre settimane....

E quattro settimane... ora è un mese nel futuro e avete iniziato a lavorare per raggiungere il vostro obiettivo: siete sulla strada del successo. Quali decisioni avete preso? Quali azioni avete intrapreso? Come ci si sente a percorrere questa strada verso il successo?

(30 sec.)

Ora, usando la vostra immaginazione, continuate ad andare avanti nel tempo fino a 6 mesi nel futuro. Voi

siete molto più vicini al raggiungimento del vostro obiettivo. State iniziando a sentire i benefici di tutti i vostri sforzi. Cosa si prova? Come ci si sente ad essere così vicini al proprio obiettivo? Permettete a voi stessi di notare qualsiasi sensazione o emozione legata a questo momento.

(30 sec.)

Ora vorrei che continuaste ad andare avanti nel tempo fino ad arrivare a un anno da oggi.

In questo caso, avete raggiunto pienamente il vostro obiettivo. Avete raggiunto il successo! Visualizzate voi stessi nella vostra mente. Dove siete e cosa state facendo? Con chi siete, se c'è qualcuno? Cosa vi dicono le persone? Cosa state dicendo voi a loro? (15 sec.)



Come ci si sente a raggiungere il proprio obiettivo? Quali emozioni sono legate a questo risultato? Forse ci sono sentimenti di orgoglio, gioia, contentezza o soddisfazione.

(30 sec.)

Ora vorrei che guardaste indietro al vostro viaggio. Ripensate al processo di raggiungimento di questo obiettivo. Ripensate a tutto il vostro duro lavoro e impegno e considerate come avete raggiunto il vostro obiettivo, passo dopo passo. Quali sono state le piccole cose che avete fatto, giorno per giorno, per raggiungere il successo? Cosa avete fatto al lavoro? Cosa avete fatto nelle vostre relazioni?

(15 sec.)

Cosa avete fatto internamente per raggiungere il successo? Come avete gestito i pensieri difficili e gli ostacoli emotivi? Quali strategie di coping ha utilizzato?

Prendetevi un momento per considerare tutte le cose che vi hanno aiutato a gestire le sfide personali che si sono presentate lungo il percorso.

(30 sec.)

## Fase 2 - Valutare l'esercizio

Domande da fare:

- Come è stato fare questa visualizzazione?
- C'è qualcosa che avete imparato da questo esercizio?
- Ci sono intuizioni che potete utilizzare per avvicinarvi ai vostri obiettivi?



## Raggiungere gli obiettivi

### 3. Realizzare un cambiamento duraturo definendo obiettivi di processo

**Obiettivo :** Come imparare a realizzare cambiamenti duraturi e persi fissando obiettivi di processo

**Durata :**30 minuti

**Materiali :** Dispositivi elettronici

#### Istruzioni

Gli obiettivi si differenziano per la durata del coinvolgimento necessario per il loro raggiungimento. In generale, si può fare una distinzione tra obiettivi finali e obiettivi di processo. Gli obiettivi finali sono quelli che, una volta raggiunti, non richiedono ulteriori azioni. Un esempio di obiettivo finale è la pubblicazione di un articolo. Gli obiettivi finali rappresentano quindi un cambiamento unico o momentaneo. Gli obiettivi di processo, invece, sono obiettivi che richiedono un'azione continua. Un esempio di obiettivo di processo è rimanere in salute. Per raggiungere questo obiettivo, un individuo deve continuare a compiere determinate azioni, come mangiare sano ogni giorno e andare in palestra due volte alla settimana. Gli obiettivi di processo comportano quindi un cambiamento duraturo.

#### Fase 1 - Scegliere un obiettivo

Considerate qualcosa che vorreste cambiare per sempre, un obiettivo che comporti un cambiamento duraturo. Forse vorreste sentirvi più energici durante la giornata o diventare e rimanere più sani.

#### Fase 2 - Scegliere un'azione

Ora concentriamoci su ciò che è necessario per realizzare questo cambiamento. Pensate alla seguente domanda: quale azione, se compiuta ripetutamente, vi aiuterebbe a raggiungere questo obiettivo? Cercate di pensare alle cose che potreste fare piuttosto che a quelle che non dovrete più fare.



### Fase 3 - Scegliere un approccio

- Cambiamento drastico
- Cambiamento graduale
- Chunking

Quale dei suddetti approcci alla costruzione di abitudini vi sembra più attraente e praticabile? Considerate l'azione che avete elencato al punto 2. Pensate a come potreste utilizzare questo particolare approccio per rendere questa azione parte della vostra routine quotidiana o settimanale. In che modo, nello specifico, potreste mettere in atto questo comportamento? Quanto spesso? Per quanto tempo? In quali giorni? Cercate di essere il più specifici possibile

### Fase 4 - Iniziare ad agire

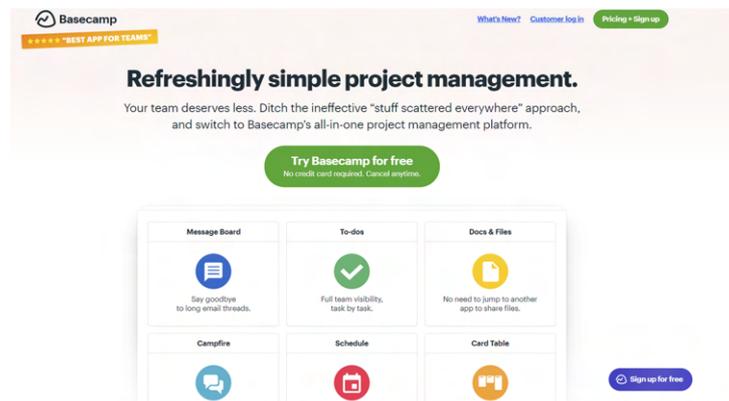
Iniziate a mettere in atto il piano descritto al punto 3. Ricordate che, per quanto piccola possa sembrare la vostra azione, la cosa più importante da ricordare è che state agendo. La costruzione di abitudini richiede pazienza. Ci vuole tempo perché la nuova abitudine si evolva. Dategli tempo. Non scoraggiatevi se non riuscite a rispettare il vostro piano originale. Potete sempre riprendere da dove avete lasciato. Il trucco è concentrarsi sul fatto che ci si sta avvicinando all'obiettivo, non su quanto ci si è allontanati da esso. Continuate a muovervi.



## Raggiungere gli obiettivi

### Risorse utili

#### 1. Basecamp



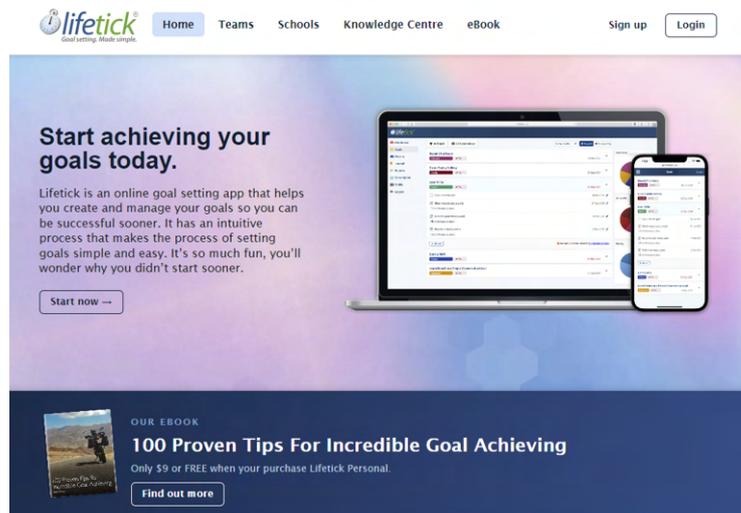
Basecamp è una piattaforma creata da Google per la gestione dei progetti. Sebbene sia stata creata per i gruppi per aiutare a organizzare i team, ci sono funzioni che aiutano i singoli a fissare gli obiettivi. Attraverso questo strumento, sarete in grado di creare più elenchi di cose da fare che coprono varie sezioni della vostra vita. Inoltre, potrete fissare delle scadenze e assegnare diversi obiettivi a queste sezioni. In questo modo, si stabiliscono effettivamente delle pietre miliari da portare a termine. La cosa migliore è che l'utilizzo è gratuito, a patto che abbiate un account Gmail.

#### 2. Goal Buddy



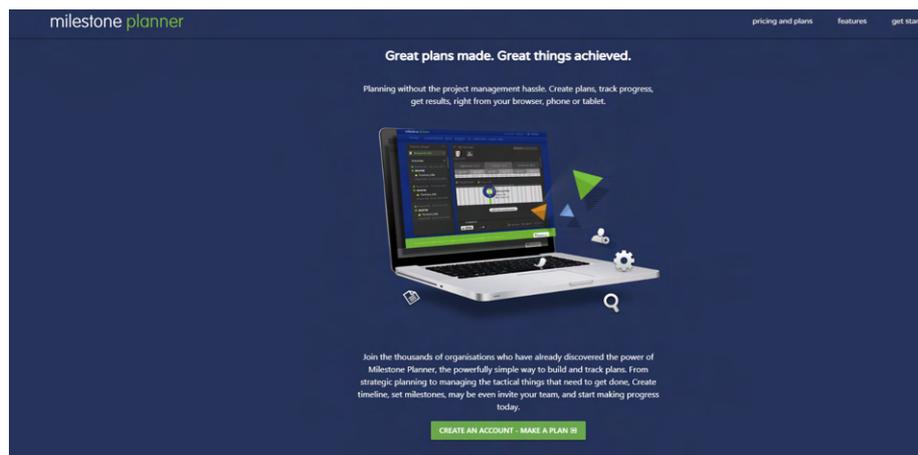
Goal Buddy è una piattaforma potente ma semplice per la definizione e il monitoraggio degli obiettivi. È uno strumento digitale, il vostro amico fidato, che vi chiamerà settimanalmente e vi guiderà attraverso gli obiettivi scelti. Questo strumento può aiutare voi e il vostro team a ottenere migliori risultati sul lavoro, ricevendo un supporto e consigli continui dai colleghi.

### 3. Lifetick



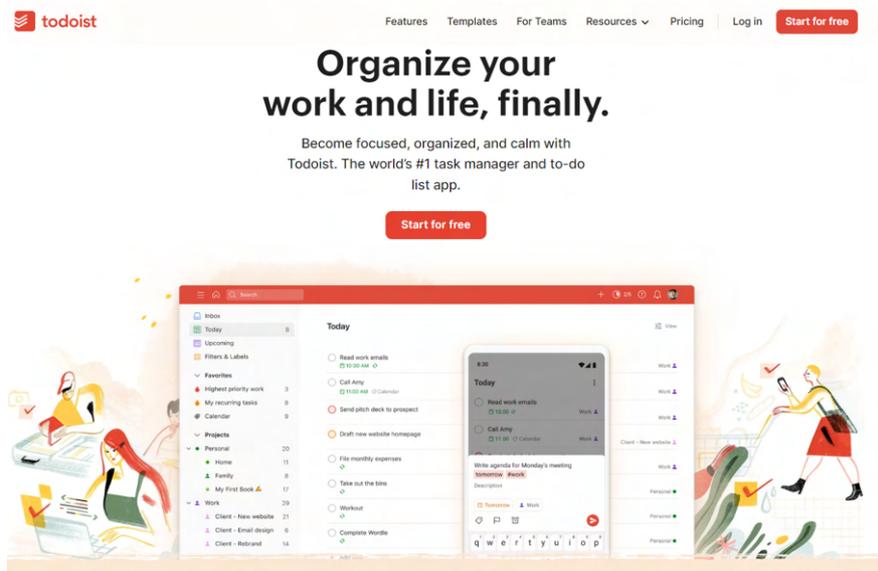
Per coloro che considerano uno degli strumenti più approfonditi per la definizione degli obiettivi, Lifetick è un'opzione valida. Questa applicazione è ideale per chi non conosce i propri valori fondamentali o si sente bloccato su cosa fare. Questa app si occupa di identificare i vostri valori fondamentali e poi offre una piattaforma per fissare obiettivi SMART e iniziare a monitorarli.

### 4. Milestone Planner



Milestone è una piattaforma per la definizione degli obiettivi che ne facilita il monitoraggio. Offre l'opportunità di fare brainstorming, visualizzare e tracciare i propri obiettivi in un'unica soluzione.

## 5. Todoist



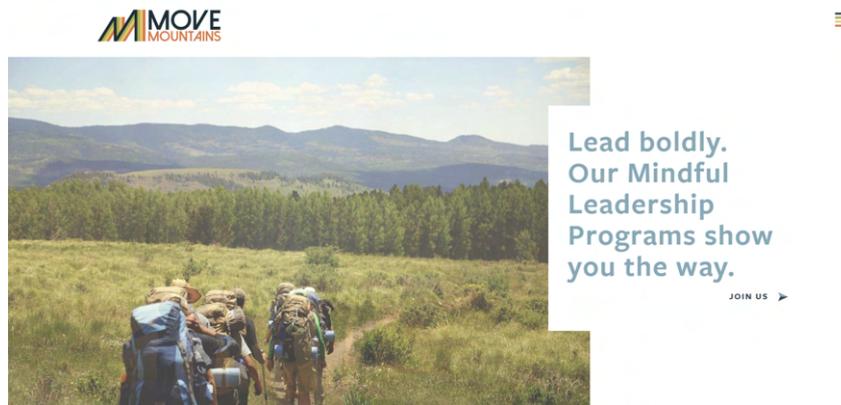
Gli elenchi di cose da fare (ToDoList) sono potenti perché sono come dei miniobiettivi che portano a obiettivi più grandi. Todoist è così, ma vi dà l'opportunità di fissare anche obiettivi più significativi. In questo modo, è possibile tenere traccia dei piccoli obiettivi senza doverli mettere da parte o cercare di ricordarli ogni volta a causa delle limitazioni dell'applicazione.

## 6. Single Step



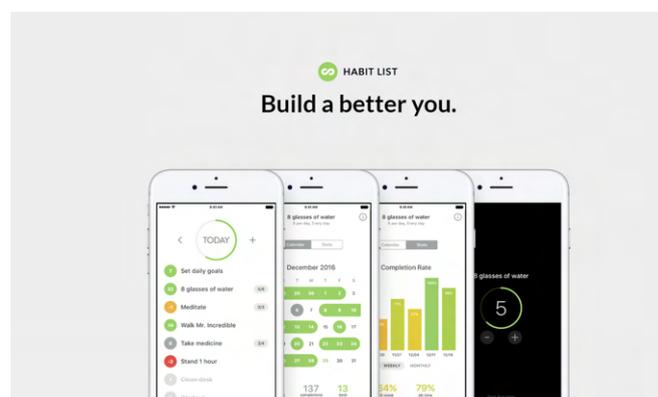
Un'altra app approfondita da prendere in considerazione è Single Step: questa piattaforma identifica le aree della vostra vita che sono significative per voi e per le quali vale la pena impegnarsi. L'app fornisce anche grafici, diagrammi e altri supporti visivi per aiutarvi a monitorare i progressi.

## 7. Move Mountains



Questa piattaforma è di grande impatto. Move Mountains è una piattaforma gratuita che offre vari corsi per aiutarvi a rimanere motivati sui vostri obiettivi. È l'ideale per chi ha bisogno di un coach che lo tenga sotto controllo.

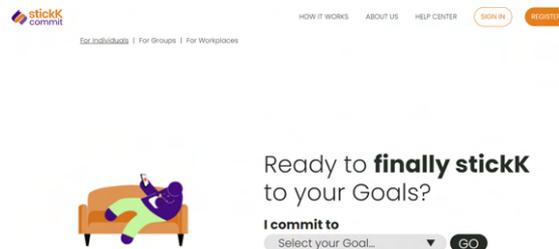
## 8. Habit List



Un altro punto di vista sugli obiettivi è che gli obiettivi non sono altro che un accumulo di abitudini. Ad esempio, se volete perdere peso, svilupperete l'abitudine di fare più esercizio fisico o di cambiare le vostre abitudini alimentari, se necessario. Habit List si concentra sull'aspetto delle abitudini.

È disponibile solo su iPhone, ma è comunque uno strumento intuitivo per la definizione degli obiettivi che vale la pena provare, se possibile.

## 9. Stikk



Stikk è una piattaforma che aggiunge un'ulteriore responsabilità per chi ne ha bisogno. Utilizzatela per voi stessi o in gruppo e iniziate a stabilire le priorità dei vostri obiettivi.

In apparenza può essere utilizzato per il semplice monitoraggio e l'impostazione degli obiettivi, ma il punto di forza di Stikk è la responsabilità extra. Stikk vi permette di impostare facilmente i vostri obiettivi in modo tale che, se non li completate in tempo, dovrete donare del denaro a qualcosa.

Si tratta di un'idea simile a quella di dare del denaro a un amico e chiederlo indietro dopo aver completato l'obiettivo entro un certo periodo di tempo. Ma se non lo completate in tempo, i soldi se li tengono loro. Tutto sommato, aggiunge un incentivo in più, perché nessuno vuole regalare denaro gratuitamente, soprattutto quando è possibile evitarlo.

## 10. Goalscape



Simile a Lifetick, Goalscape offre un'interfaccia più raffinata e dettagliata. Prende in considerazione tutti gli aspetti della vostra vita e vi permette di dare priorità a determinati aspetti. Nel complesso, fornisce ottime informazioni che aiutano a visualizzare ciò che deve essere fatto nella propria vita.



## Achieving the goals

### Referenze

- Johnson, M. K., & Sherman, S. J. (1990). Constructing and reconstructing the past and the future in the present. In E. T. Higgins & R. M. Sorrentino (Eds.), *Handbook of motivation and cognition: Foundations of social behavior* (Vol. 2, pp. 482-526). Guilford Press.
- Oyserman, D., Bybee, D., & Terry, K. (2006). Possible selves and academic outcomes: How and when possible selves impel action. *Journal of personality and social psychology*, 91(1), 188.
- Ruvolo, A. P., & Markus, H. R. (1992). Possible selves and performance: The power of self-relevant imagery. *Social cognition*, 10(1), 95-124.
- Taylor, S. E., Pham, L. B., Rivkin, I. D., & Armor, D. A. (1998). Harnessing the imagination: Mental simulation, self-regulation, and coping. *American psychologist*, 53(4), 429.
- Frese, M., & Zapf, D. (1994). Action as the core of work psychology: A German approach. *Handbook of Industrial and Organizational Psychology*, 4, 271-340.
- Lally, P., Van Jaarsveld, C. H., Potts, H. W., & Wardle, J. (2010). How are habits formed: Modelling habit formation in the real world. *European Journal of Social Psychology*, 40, 998-1009.
- Dweck, C. S. (1999). *Essays in social psychology. Self-theories: Their role in motivation, personality, and development*. Psychology Press.
- Elliot, A. J., & Church, M. A. (1997). A hierarchical model of approach and avoidance achievement motivation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 72, 218.
- Elliot, A. J., & McGregor, H. A. (2001). A 2 × 2 achievement goal framework. *Journal of Personality and Social Psychology*, 80, 501-519.
- Hollenbeck, J. R., & Klein, H. J. (1987). Goal commitment and the goal-setting process: Problems, prospects, and proposals for future research. *Journal of Applied Psychology*, 72, 212-220.
- Stock, J., & Cervone, D. (1990). Proximal goal-setting and self-regulatory processes. *Cognitive Therapy and Research*, 14, 483-498.
- Wright, P. M., & Kacmar, K. M. (1994). Goal specificity as a determinant of goal commitment and goal change. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 59, 242-260.

### Conclusioni

Le attività selezionate sono strumenti efficaci nell'ambito dell'identificazione degli obiettivi, nel senso che daranno alcuni spunti agli operatori giovanili e ai formatori su come raggiungere gli obiettivi nel campo dell'orientamento dei portatori. I formatori potranno scegliere tra una varietà di 3 attività da includere nelle loro sessioni di formazione o di lavoro, dando l'opportunità ai giovani di interagire con i loro coetanei e di imparare l'importanza di avere uno spirito di squadra positivo.



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



# CAPITOLO VIII

## CREARE, ORGANIZZARE E CONDIVIDERE RISORSE DIGITALI



### R2: STRUMENTO DI FORMAZIONE SULLE COMPETENZE DIGITALI

2021-2-TR01-KA220-YOU-000047996





## Creare, organizzare e condividere risorse digitali

Sviluppato da Science and Human Foundation (Turkey)

### Panoramica del corso

Le risorse digitali sono uno strumento potente che può migliorare l'apprendimento e lo sviluppo dei giovani che non lavorano o non studiano. Con la crescente digitalizzazione del mondo, la capacità di creare, organizzare e condividere risorse digitali sta diventando una competenza essenziale per i giovani. Utilizzando le risorse digitali, i giovani possono acquisire una serie di competenze e conoscenze che possono aiutarli ad avere successo nel mondo digitale di oggi.

In questo capitolo ci proponiamo di fornire ai partecipanti le competenze e le conoscenze necessarie per creare, organizzare e condividere in modo efficace le risorse digitali, compresi documenti di testo, immagini, audio e video, attraverso l'uso di strumenti software, sistemi di gestione dei file, database, servizi online, siti web, blog, social media e programmi di condivisione dei file.

I partecipanti impareranno le basi della creazione e della formattazione di risorse digitali come documenti di testo, immagini, audio e video. Svilupperanno inoltre competenze nell'uso di software e applicazioni per formattare e modificare le risorse digitali.

Comprenderanno l'importanza di organizzare le risorse digitali per aumentare l'efficienza e la produttività e impareranno a utilizzare le piattaforme di cloud storage e di condivisione dei file per organizzare e accedere alle risorse digitali. Inoltre, i partecipanti comprenderanno l'importanza della privacy e della sicurezza nella condivisione delle risorse digitali e l'importanza di un uso responsabile delle risorse digitali e dell'alfabetizzazione e cittadinanza digitale.

Ciascuna delle tre attività comprende obiettivi, durata, materiali e istruzioni da seguire per operatori giovanili, formatori e coordinatori.

Queste attività possono essere utilizzate in contesti educativi formali e non formali e richiedono che tutti i partecipanti si colleghino online attraverso una piattaforma digitale, poiché l'obiettivo principale di questo capitolo è creare, organizzare e condividere risorse digitali.



## Creare, organizzare e condividere risorse digitali

### Materiale necessario

Per svolgere le attività presentate in questa sezione, i partecipanti avranno bisogno solo di un dispositivo elettronico (laptop, tablet, smartpone) che permetta loro di collegarsi online attraverso una piattaforma online come Zoom, che consentirà loro di entrare nelle sale di discussione dei membri del gruppo.

Potranno anche lavorare sulla creazione, l'organizzazione e la condivisione di risorse digitali con questi dispositivi, dato che alcune formazioni saranno anche faccia a faccia.

Tipi di risorse digitali

Registrazione audio, Bibliografia: riferimenti bibliografici a fonti secondarie o primarie, Bibliografia ricercabile: formato database, Blog, Catalogo: (ad esempio, per archivi, biblioteche, immagini), Banca dati di tipo crowd-sourced, Formato elenco. Database ricercabile, Dizionario/Glossario, Edizione digitale, Lista di discussione, Dati scaricabili: il sito consente di scaricare i dati, Software scaricabile: Sito che consente/richiede il download di software (indicato nelle note), E-book, Immagini, Manoscritti/Facsimili, Moderno: fotografie, immagini digitali, diagrammi di materiale medievale, Linked Open Data, Mappa, Multimedia: incluso 3D, Dati numerici, Rivista online/Webzine, Portale/Gateway, Database relazionale, Società scientifica, Risorse didattiche, Testo: Medievale: Trascrizioni o edizioni di fonti primarie, Testo: Moderno: Saggi interpretativi, Video, Wiki.

### Gruppo target

Il pubblico a cui è rivolto questo programma comprende operatori giovanili, formatori e coordinatori, nonché personale di organizzazioni educative non governative che si occupano di sviluppo personale. Particolare attenzione sarà data ai formatori con disabilità fisiche o difficoltà di apprendimento, nonché a coloro che lavorano con giovani rifugiati o immigrati.

I beneficiari del programma saranno i giovani che non hanno un'istruzione, un impiego o una formazione, nonché i giovani studenti dei centri di formazione, dei centri di apprendimento permanente e di altri enti di istruzione non formale, nonché i rappresentanti delle organizzazioni non governative e gli esperti del settore.

## Creare, organizzare e condividere risorse digitali

### Durata

Tutte le attività presentate in questo capitolo avranno una durata totale di quattro ore e 20 minuti al massimo, a seconda delle dimensioni dei gruppi. Tuttavia, le attività non sono sequenziali e possono essere alternate in diverse sessioni.

Per ciascuna delle attività presentate di seguito, sarà specificata la durata stimata.

### Risultati dell'apprendimento

Alla fine di questo capitolo, il formatore guiderà i partecipanti a:

- Comprendere le basi della creazione e della formattazione di risorse digitali come documenti di testo, immagini, audio e video.
- Sviluppare competenze nell'uso di software e applicazioni per formattare e modificare

le risorse digitali Comprendere l'importanza di organizzare le risorse digitali per aumentare l'efficienza e la produttività.

- Imparare a utilizzare le piattaforme di cloud storage e di condivisione dei file per organizzare e accedere alle risorse digitali.
- Comprendere l'importanza della privacy e della sicurezza quando si condividono risorse digitali
- Comprendere l'importanza di un uso responsabile delle risorse digitali e l'importanza dell'alfabetizzazione e della cittadinanza digitale.





## Creare, organizzare e condividere risorse digitali

### Analisi dei bisogni

Come si legge nel rapporto dell'indagine condotta dai partner di Digi4you, con l'avvento del XXI secolo e di nuovi concetti, come l'internet delle cose, i luoghi di lavoro virtuali e il lavoro di squadra online sono diventati competenze molto più critiche richieste ai dipendenti e ai giovani.

Dopo la crisi del 2008, il tasso di NEET ha raggiunto un picco nel primo trimestre del 2013 e prima della Covid-19 aveva una tendenza al ribasso. Ha iniziato a salire con il nuovo shock creato dalla pandemia di Covid-19.

Quando si esamina l'analisi dei bisogni, per Come trovare e utilizzare le risorse (online) che sono utili per la pianificazione delle lezioni e l'insegnamento, Come promuovere l'accesso al mercato del lavoro, Come utilizzare Internet e i dispositivi mobili come valore aggiunto nelle situazioni di apprendimento invece che come fonte di disturbo all'interno dei temi principali di Come sviluppare le capacità di auto-riflessione degli studenti, Gestione dei social media (a livello personale o aziendale), Alfabetizzazione all'informazione e ai dati, Creazione di contenuti digitali, Personal branding (marketing personale attraverso i social media...), Portfolio online, E-marketing, Imprenditorialità digitale, Capacità di ricerca online, è necessaria innanzitutto una conoscenza digitale completa...), portfolio online, e-marketing, imprenditorialità digitale, capacità di ricerca online, è necessaria innanzitutto una conoscenza digitale completa di sé.

Sebbene per molti sia utilizzato principalmente per la comunicazione, Internet è diventato il campo più importante al mondo per stabilire e creare business e connessioni. Per questo motivo, quando si crea un selfie online o qualsiasi altro contenuto che permetta di promuovere la persona o i servizi, è di fondamentale importanza sviluppare contenuti autentici e relazionabili che catturino l'attenzione delle persone tra milioni di altri. Per avere successo nella creazione di imprese online e di connessioni, i metodi per creare contenuti autentici e coinvolgenti sono fondamentali per i giovani.

Inoltre,

- 1) Narrazione digitale
- 2) Creare portafogli digitali
- 3) Creare contenuti autentici e coinvolgenti
- 4) Lavoro di squadra virtuale, organizzazione e condivisione di risorse online
- 5) Gestione del tempo online e

Il rapporto sull'analisi dei bisogni evidenzia anche le capacità di raggiungere gli obiettivi.



## Creare, organizzare e condividere risorse digitali

### Procedura

La creazione di risorse digitali implica la creazione e la raccolta di materiale digitale, come testi, immagini, audio e video. Questo può essere fatto attraverso l'uso di strumenti e applicazioni software, come word processor, editor di foto e software di editing audio e video.

Alcune caratteristiche e modalità specifiche di utilizzo di strumenti e applicazioni software

come Adobe Photoshop, Audition, Gimp, Paint e Pixlr dovrebbero essere spiegate in modo più dettagliato.

Creando risorse digitali, i giovani possono sviluppare la loro creatività e le loro competenze digitali e possono creare materiali che possono essere utilizzati per uso personale o professionale.

L'organizzazione delle risorse digitali prevede l'archiviazione e l'organizzazione del materiale digitale in modo da facilitarne l'accesso, la ricerca e la condivisione. Questo può essere fatto attraverso l'uso di cloud storage, gestione dei file, backup e ripristino.

Organizzando le risorse digitali, i giovani possono sviluppare le loro capacità organizzative e gestionali e possono accedere facilmente alle risorse e condividerle con altri.

La condivisione di risorse digitali implica la messa a disposizione di materiale digitale ad altri, sia attraverso l'uso di servizi online, come siti web, blog e social media, sia attraverso l'uso di supporti fisici. Questo può avvenire attraverso l'uso di strumenti e applicazioni, come browser web, client di posta elettronica e programmi di condivisione di

file. Condividendo le risorse digitali, i giovani possono sviluppare le loro capacità di comunicazione e collaborazione e possono impegnarsi con gli altri in vari modi.

In sintesi, l'utilizzo di risorse digitali per creare, organizzare e condividere è una competenza essenziale per i giovani che non lavorano o non studiano. Può aiutarli a sviluppare una serie di abilità e conoscenze che possono sostenere il loro sviluppo personale e professionale nel mondo digitale.

## Creare, organizzare e condividere risorse digitali

### 1. Creare risorse digitali

**Obiettivo** Fornire ai partecipanti le competenze e le conoscenze necessarie per creare e formattare risorse digitali, come documenti di testo, immagini, audio e video.

**Durata** : 2 ore

**Materiali** : Piattaforma online come Zoom, computer con accesso a Internet e accesso a software di grafica, editing audio e video.

#### Istruzioni

1. Iniziare la formazione introducendo l'importanza della creazione di risorse digitali e i diversi tipi di risorse che possono essere create.

2. Trattare le basi della creazione di contenuti digitali, compreso l'uso di strumenti e applicazioni software come word processor, editor di foto e software di editing audio e video. Fornire una formazione pratica su come utilizzare questi strumenti per creare risorse digitali di base.

3. Introdurre i concetti di progettazione grafica, tra cui layout, tipografia e teoria del colore. Fornire una formazione sull'uso di software di progettazione grafica, come Adobe Photoshop e Illustrator, per creare risorse digitali coinvolgenti e visivamente accattivanti.





4. Trattare le basi della produzione audio e video, compreso l'uso di strumenti e attrezzature software per registrare, modificare e produrre risorse audio e video. Fornire una formazione pratica sull'uso di software di editing audio e video, come Adobe Premiere e Audition.

5. Discutere i diversi modi di formattare e pubblicare le risorse digitali, ad esempio utilizzando piattaforme web, applicazioni mobili e libri elettronici. Fornire formazione su come formattare e pubblicare risorse digitali utilizzando piattaforme e strumenti software diversi.

6. Fare pratica assegnando un piccolo compito o un progetto e fornendo la guida necessaria.

7. Concludete la formazione effettuando una valutazione, raccogliendo feedback e rispondendo a eventuali domande. Offrite un supporto di follow-up, se necessario, e programmate una sessione di formazione di follow-up tra qualche settimana per esaminare i progressi e rispondere a eventuali domande aggiuntive.

Nota: assicuratevi di adattare il piano alle esigenze specifiche e al livello di competenza dei partecipanti e di essere abbastanza flessibili da poterlo modificare in base al loro feedback.

## Creare, organizzare e condividere risorse digitali

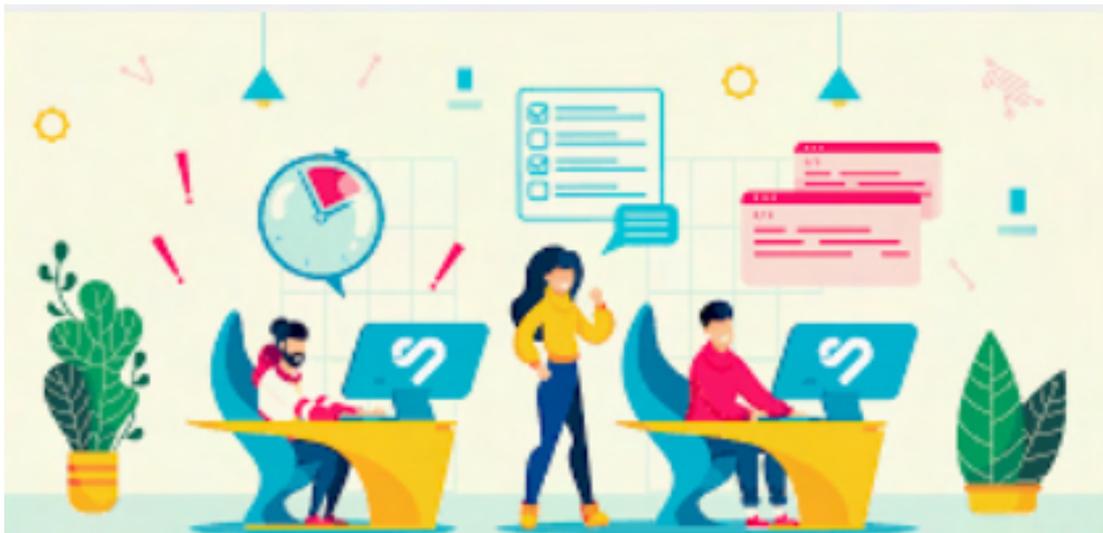
### 2. Organizzare le risorse digitali

**Obiettivo:** Insegnare ai partecipanti come organizzare efficacemente le risorse digitali attraverso l'uso di sistemi di gestione dei file, database e altri strumenti e applicazioni.

**Durata :** 1 ora

**Materiali :** Una piattaforma online che consente la condivisione dello schermo, come Zoom, e l'accesso a piattaforme di archiviazione cloud come Google Drive, Dropbox e OneDrive.

#### Istruzioni



1. Iniziate la formazione introducendo l'importanza dell'organizzazione delle risorse digitali e i vantaggi che può portare, come una maggiore efficienza e produttività.
2. Coprite le basi della gestione dei file, comprese le convenzioni di denominazione, la struttura dei file e come creare e organizzare le cartelle.
3. Introdurre il concetto di cloud storage e le diverse opzioni disponibili, come Google Drive, Dropbox e OneDrive. Mostrare ai partecipanti come creare e condividere file e cartelle utilizzando queste piattaforme.



4. Spiegare l'importanza di creare backup e i diversi metodi per farlo. Fornire istruzioni su come recuperare i file in caso di perdita di dati.
5. Discutere su come ottimizzare la ricerca e il recupero dei file, utilizzando parole chiave, metadati e tag.
6. Mostrare ai partecipanti come condividere i file e collaborare con gli altri utilizzando piattaforme di cloud storage e altri strumenti di collaborazione come Asana o Trello.
7. Fornire una formazione pratica per aiutare i partecipanti ad applicare quanto appreso. Assegnare un piccolo compito o un progetto e fornire una guida in caso di necessità.
8. Concludere la formazione effettuando una valutazione, raccogliendo feedback e rispondendo a qualsiasi domanda. Fornite il supporto necessario e programmate una sessione di formazione di follow-up tra qualche settimana per esaminare i progressi e rispondere a eventuali domande aggiuntive.

È importante tenere presente che il piano di attività deve essere adattato alle esigenze specifiche e al livello di abilità dei partecipanti e deve essere abbastanza flessibile da poter essere modificato in base ai loro feedback.



## Creare, organizzare e condividere risorse digitali

### 3. Condividere le risorse digitali

**Obiettivo :** Insegnare ai giovani come condividere efficacemente le risorse digitali attraverso l'uso di servizi online, siti web, blog, social media e programmi di condivisione di file.

**Durata :** 1 ora

**Materiali :** Una piattaforma online che consente la condivisione dello schermo, come Zoom, e l'accesso a browser web, client di posta elettronica, piattaforme di social media e programmi di condivisione di file.

#### Istruzioni



1. Iniziate la formazione introducendo l'importanza della condivisione delle risorse digitali e i diversi modi in cui le risorse digitali possono essere condivise, ad esempio attraverso servizi online, siti web, blog e social media, o attraverso supporti fisici.

2. Trattare le basi dell'uso dei browser web e dei client di posta elettronica per condividere le risorse digitali. Fornire una formazione pratica su come navigare e utilizzare questi strumenti in modo efficace.

3. Introdurre il concetto di social media e le diverse piattaforme disponibili, come Facebook, Instagram e Twitter. Fornire formazione su come creare e condividere risorse digitali utilizzando queste piattaforme e indicazioni sull'uso responsabile dei social media e sull'importanza dell'alfabetizzazione e della cittadinanza digitale.



4. Discutere l'uso di programmi di condivisione di file, come Dropbox e Google Drive, per condividere le risorse digitali. Fornire una formazione pratica su come utilizzare questi programmi per condividere e collaborare sulle risorse digitali.
5. Spiegare l'importanza della privacy e della sicurezza quando si condividono risorse digitali e fornire indicazioni su come proteggere le risorse digitali da accessi o condivisioni non autorizzati.
6. Fornire una formazione pratica per aiutare i partecipanti ad applicare quanto appreso. Assegnare un piccolo compito o un progetto e fornire una guida in caso di necessità.
7. Concludere la formazione effettuando una valutazione, raccogliendo feedback e rispondendo a qualsiasi domanda. Fornite il supporto necessario e programmate una sessione di formazione di follow-up tra qualche settimana per esaminare i progressi e rispondere a eventuali domande aggiuntive. È importante tenere presente che il piano di formazione deve essere adattato alle esigenze specifiche e al livello di competenza dei giovani e deve essere abbastanza flessibile da poter essere modificato in base al loro feedback.



## Creare, organizzare e condividere risorse digitali

### Risorse utili

Di seguito è riportato un elenco di riferimenti che possono essere utili per la creazione, l'organizzazione e la condivisione di risorse digitali.

- [Digital Education Tools for Teachers and Students](#)
- [Teacher Tips for Creating Your Own Digital Resources](#)
- [Six Ways to Create Digital Education Content](#)
- [4 Best Practices Delivery Digital Learning Resources](#)
- [Resource Types](#)
- [Organizing Files and Digital Materials](#)
- [Digital Learning Resources: Infographic](#)
- [3 Tips for Creating Digital Resources for the Classroom](#)
- [How To Create Digital Resources for TPT | TPT Seller Tip](#)
- [Creating Digital Resources with Microsoft Products in 2022](#)
- [Getting Ready to Make Digital Resources: a Newbies Guide](#)
- [Creating Digital Resources](#)
- [Tips for Creating Engaging Digital Resources](#)
- [Organizing Digital Resources](#)

### Conclusioni

La creazione, l'organizzazione e la condivisione di risorse digitali sono competenze essenziali per i giovani NEET nel mondo digitale di oggi. Queste competenze consentono loro di creare risorse coinvolgenti e visivamente accattivanti, di archivarle e organizzarle in modo efficiente e di condividerle con i giovani attraverso varie piattaforme online e supporti fisici. Padroneggiando queste competenze, gli operatori giovanili possono sostenere l'apprendimento e lo sviluppo dei giovani NEET in modo più efficace. In generale, la capacità di creare, organizzare e condividere risorse digitali è fondamentale per i giovani per navigare e impegnarsi nell'era digitale.



**KIT DI STRUMENTI PER LO SVILUPPO  
DELLE COMPETENZE DIGITALI PER I  
GIOVANI NEET  
AUMENTARE L'OCCUPABILITA'**

[www.digi4you.eu](http://www.digi4you.eu)

