



## Lesson Plan del modulo 3 CPD: Comunicazione inclusiva

Descrizione delle attività formative	Tempo (minuti)	Materiali/Attrezzature Richieste	Valutazione
<p><u>Apertura del workshop:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Introdurre il tema della comunicazione inclusiva e la sua importanza sul posto di lavoro.</li> <li>• Fornisce una panoramica dei risultati dell'apprendimento e di ciò che i partecipanti possono aspettarsi di ottenere dal workshop.</li> </ul>	20 minuti	<p>Luogo di formazione con attrezzature informatiche (incluso uno schermo per proiettori).</p> <p>Lavagna a fogli mobili e pennarelli.</p> <p>Foglio di accesso.</p> <p>Penne e materiale per prendere appunti per i partecipanti</p>	Incoraggia i partecipanti a condividere le loro aspettative e preoccupazioni riguardo all'argomento.
<p><u>Attività 1: Definizione dei termini chiave</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Descrivi i termini chiave relativi alla comunicazione inclusiva come competenza culturale, ascolto attivo ed empatia.</li> <li>• Fornisci esempi di ciascun termine e incoraggia i partecipanti a condividere i propri esempi.</li> <li>• Distribuisci delle dispense ai partecipanti e chiedi loro di</li> </ul>	20 minuti	<p>Lavagna a fogli mobili e pennarelli.</p> <p>Dispense</p> <p>Penne e materiale per prendere appunti per i partecipanti</p>	Chiedi ai partecipanti di condividere le loro definizioni e di discutere su come possono incorporare questi termini nella loro comunicazione sul posto di lavoro.



scrivere le loro definizioni di ciascun termine.			
<p><u>Attività 2: Impatto del linguaggio e del tono</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Discuti l'impatto del linguaggio e del tono sul posto di lavoro e di come possono influenzare le relazioni e la cultura sul posto di lavoro.</li> <li>• Mostra video di diversi stili di comunicazione e chiedi ai partecipanti di identificare il tono e il suo impatto.</li> <li>• Chiedi ai partecipanti di simulare diversi scenari di comunicazione, inclusi toni positivi e negativi.</li> </ul>	<u>30 minuti</u>	<p>Lavagna a fogli mobili e pennarelli.</p> <p>Video: Video 1: 4 stili di comunicazione   Stili di comunicazione sul posto di lavoro <a href="https://www.youtube.com/watch?v=A13L6cnCmMU">https://www.youtube.com/watch?v=A13L6cnCmMU</a></p> <p>Video 2: Utilizzo di stili di comunicazione flessibili per favorire la diversità <a href="https://www.youtube.com/watch?v=G65TpeZyc7s">https://www.youtube.com/watch?v=G65TpeZyc7s</a></p> <p>Penne e materiale per prendere appunti per i partecipanti</p>	<p>Osserva le prestazioni dei partecipanti nei giochi di ruolo e fornisci un feedback sul loro stile di comunicazione.</p>
<p><u>Attività 3: Riconoscere le micro-aggressioni e le micro-affermazioni</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Definisci le micro-aggressioni e fornisci esempi di come possono manifestarsi sul posto di lavoro.</li> <li>• Discutete di come le micro-affermazioni possono essere utilizzate per mitigare l'impatto delle micro-aggressioni.</li> <li>• Fornire casi di studio di scenari sul posto di lavoro e</li> </ul>	<u>30 minuti</u>	<p>Lavagna a fogli mobili e pennarelli.</p> <p>Casi di studio: 1. Comprendere le microaggressioni: 8 esempi comuni sul posto di lavoro e alternative inclusive <a href="https://we-are-ef.ef.com/understanding-microaggressions-in-the-workplace/">https://we-are-ef.ef.com/understanding-microaggressions-in-the-workplace/</a></p> <p>Penne e materiale per prendere appunti per i partecipanti</p>	<p>Chiedi ai partecipanti di discutere di come possono applicare le micro-affermazioni nella loro comunicazione sul posto di lavoro per mitigare l'impatto delle micro-aggressioni.</p>



chiedere ai partecipanti di identificare esempi di micro-aggressioni e micro-affermazioni.			
<u>Attività 4: Comunicazione non verbale e adattamento della comunicazione</u> <ul style="list-style-type: none"><li>• Discuti l'importanza della comunicazione non verbale, incluso il linguaggio del corpo, le espressioni facciali e il tono.</li><li>• Fornisci carte da gioco di ruolo con diversi scenari di comunicazione e chiedi ai partecipanti di simulare diversi scenari incorporando la comunicazione non verbale.</li><li>• Incoraggia i partecipanti ad esercitarsi ad adattare il loro stile di comunicazione per soddisfare le esigenze di persone diverse.</li></ul>	<u>35 minuti</u>	Lavagna a fogli mobili e pennarelli.  Carte da gioco di ruolo  Penne e materiale per prendere appunti per i partecipanti	Incoraggia i partecipanti ad esercitarsi ad adattare il loro stile di comunicazione per soddisfare le esigenze di persone diverse.
<u>Attività 5: Che cos'è l'ascolto attivo?</u> <ul style="list-style-type: none"><li>• Il formatore presenta una breve lezione sull'ascolto attivo, definendolo e definendo la sua importanza per una comunicazione inclusiva sul posto di lavoro.</li></ul>	<u>25 minuti</u>	Lavagna a fogli mobili e pennarelli.  Penne e materiale per prendere appunti per i partecipanti	I partecipanti impareranno l'importanza dell'ascolto attivo e il formatore fornirà un feedback sulle loro capacità di ascolto attivo.



<ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="https://brcci.eu//editor/files/Active_listening_Lesson%20%D0%901.pdf">https://brcci.eu//editor/files/Active_listening_Lesson%20%D0%901.pdf</a></li> </ul> <p>Il mediatore sceglie un argomento familiare a tutti i partecipanti. Quindi legge un elenco di parole e ne omette una. Ad esempio, elenca Venere, Terra, Giove, Saturno, Mercurio, Nettuno e Urano e potresti anche ripetere una parola, come Saturno. Dopodiché, i partecipanti hanno dai 5 ai 7 minuti per discutere di argomenti non correlati come la cucina mondiale. Quindi i partecipanti hanno fino a dieci secondi per nominare l'elemento mancante dall'elenco di parole. Essendo questi gli otto pianeti, i partecipanti dovrebbero identificare l'oggetto mancante, Marte.</p>			
<p><u>Attività 6: Praticare l'ascolto attivo</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• I partecipanti sono accoppiati e una persona condivide un'esperienza o una storia personale mentre l'altra ascolta attivamente.</li> <li>• Dopo che l'oratore ha finito, l'ascoltatore riassume ciò che ha sentito e condivide i suoi pensieri e sentimenti su ciò che ha sentito.</li> </ul>	<p><u>40 minuti</u></p>	<p>Penne e materiale per prendere appunti per i partecipanti</p>	<p>Il formatore osserva ogni coppia e fornisce un feedback sulle loro capacità di ascolto attivo.</p>



I partecipanti si scambiano i ruoli e ripetono l'esercizio.			
<p><u>Attività 7: Identificare le barriere all'ascolto attivo</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Il formatore presenta una breve lezione sulle barriere comuni all'ascolto attivo, come distrazioni e pregiudizi.</li> <li><a href="https://brcci.eu/editor/files/Active_listening_Lesson%202020%903.pdf">https://brcci.eu/editor/files/Active_listening_Lesson%202020%903.pdf</a></li> </ul> <p>Il formatore sceglie un argomento o un problema rilevante per i partecipanti e chiede loro di scrivere le loro idee o soluzioni su foglietti adesivi, un'idea per nota. Dopo 10 minuti, il facilitatore posiziona i post-it su una lavagna o su un'area designata, raggruppando idee simili. Quindi invita i partecipanti a rivedere in silenzio le idee presentate e ad aggiungere eventuali pensieri o suggerimenti aggiuntivi su nuovi post-it. Dopo altri 5 minuti, il formatore facilita una discussione di gruppo per esplorare ulteriormente le idee, incoraggiando l'ascolto attivo e il dialogo aperto.</p>	<u>30 minuti</u>	<p>Foglietti adesivi e pennarelli.</p> <p>Un "muro di condivisione" - foglio A3</p>	<p>Ogni partecipante praticherà l'ascolto attivo concentrandosi esclusivamente sulle idee presentate senza la pressione di rispondere immediatamente o competere per l'attenzione, e il formatore incoraggerà l'ascolto mirato e la considerazione ponderata delle idee degli altri.</p>
<p><u>Attività 8: Superare le barriere all'ascolto attivo</u></p>	<u>20 minuti</u>	Lavagna a fogli mobili e pennarelli.	<p>Il formatore osserva la discussione di gruppo e fornisce un feedback sulla comprensione delle strategie.</p>



<ul style="list-style-type: none"> <li>• I partecipanti condividono le loro strategie personali per superare le barriere all'ascolto attivo e discutono in gruppo</li> </ul> <p>Il formatore fornisce ulteriori suggerimenti per superare le barriere e incoraggia i partecipanti a condividere i propri suggerimenti.</p>		<p>Penne e materiale per prendere appunti per i partecipanti</p>	
<p><u>Chiusura del workshop</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Riassumi i punti chiave del workshop e come possono essere applicati sul posto di lavoro.</li> <li>• Chiedi ai partecipanti di condividere le loro riflessioni su ciò che hanno imparato e su come intendono metterlo in pratica.</li> <li>• Fornire risorse aggiuntive ai partecipanti per continuare a imparare la comunicazione inclusiva.</li> </ul>	<p><u>20 minuti</u></p>	<p>Sede di formazione con attrezzature informatiche.</p> <p>Modulo di feedback</p> <p><b>Risorse aggiuntive:</b></p> <p>Articoli:</p> <p>7 consigli per realizzare presentazioni inclusive  <a href="https://www.cwbank.com/en/blog/7-tips-for-delivering-inclusive-presentations">https://www.cwbank.com/en/blog/7-tips-for-delivering-inclusive-presentations</a></p> <p>6 passi per costruire un ambiente di lavoro inclusivo  <a href="https://www.countrynavigator.com/blog/">https://www.countrynavigator.com/blog/</a></p>	<p>Distribuisce moduli di feedback ai partecipanti per raccogliere il loro feedback sul workshop e sulla sua efficacia.</p>



		<p><a href="#">6-steps-for-building-an-inclusive-workplace/</a></p> <p>Gioco di ruolo: la sfida della diversità - gioco di ruolo</p> <p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=0hFaoC0HyTQ">https://www.youtube.com/watch?v=0hFaoC0HyTQ</a></p>	
<b>Durata totale della lezione</b>	<b>4,5 ore</b>		