

Lever^{up}

Impiego le mie competenze personali in attività sociali. Mi piace trasformare i miei interessi personali e la mia visione del mondo in un contributo pratico, concreto.



Motivazione

PERSONALI

Lever^{up}

Sono in grado di capire i sentimenti degli altri. Mi relaziono bene con gli altri. Sono attento ai sentimenti ed alle inclinazioni delle persone quando lavoro in gruppo.



Empatia

PERSONALI

Lever^{up}

So quali sono le mie responsabilità. Sono consapevole delle mie azioni e delle loro conseguenze. So quando chiedere il sostegno o l'aiuto degli altri.



Responsabilità

PERSONALI

Lever^{up}

Trasformo le mie idee in azione. Faccio il primo passo in autonomia. Accetto le sfide.

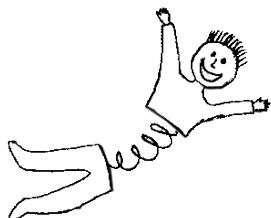


Iniziativa

PERSONALI

Lever^{up}

Sono in grado di cavarmela in circostanze molto diverse e in situazioni mutevoli. Adatto i miei comportamenti e le mie azioni quando si verificano cambiamenti.



Flessibilità e adattabilità

PERSONALI

Lever^{up}

Mi piace imparare cose nuove. Ho un mio metodo di apprendimento. Sono consapevole di quali sono le mie difficoltà quando imparo qualcosa di nuovo e so come affrontarle.

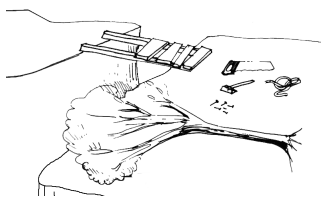


Imparare ad imparare

METODOLOGICHE

Lever^{up}

Identifico i problemi. Trovo e metto in atto soluzioni efficaci per la soluzione, anche adottando strategie innovative.



Problem solving

METODOLOGICHE

Lever^{up}

Sono in grado di creare qualcosa di nuovo dove non c'era nulla. Mi piace pensare fuori dagli schemi. Sfrutto le opportunità innovative e di apprendimento che si presentano.



Innovazione e creatività

METODOLOGICHE



Mantengo una relazione aperta con gli altri.
Sono in grado di comunicare senza problemi e di interpretare elementi para verbali.
Minimizzo le barriere psicologiche e le differenze con le altre persone.

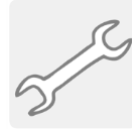


Sono consapevole dei miei comportamenti, dei miei modi di fare e pensare, delle mie abitudini e della mia cultura.
Sono consapevole dei valori e dei sentimenti correlati a diversi modi di pensare, a differenti background culturali, a differenti condizioni sociali e psicofisiche.



**Sei in grado di percepire come un'altra persona si sente, quali emozioni prova?
Fai un esempio!**

Empatia



Continuo a mantenere interesse alle attività, nonostante i cambiamenti e le difficoltà che posso incontrare.
Mi sento parte del contesto e agisco nel rispetto di un codice etico.
So distinguere tra sfera personale, professionale e sociale.



Comprendo la dimensione socio-culturale ed economica del contesto in cui agisco.
Sono consapevole del mio valore e del mio potenziale contributo.
Sono consapevole dei codici di condotta e di comportamento adeguati in situazioni e ambienti sociali diversi.

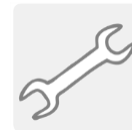


**Ti senti coinvolto e motivato quando esegui una attività?
Pensi che le attività che esegui lascino un segno sull'ambiente e nelle persone intorno a te?
Fai un esempio!**

Motivazione



Prendo decisioni per conto mio e assumo le responsabilità per le mie azioni.
Rifletto sui collegamenti tra passato, presente e futuro, valuto le mie e altrui prospettive.
Sono in grado di valutare le mie debolezze e i miei punti di forza in relazione a opportunità e rischi, in un determinato contesto.



Mi occupo delle attività, percependo il compito assegnatomi come una mia responsabilità.
Mi sento motivato a rispettare i compiti assegnati.
Prendo decisioni ed eseguo azioni considerando i benefici per la comunità nel suo insieme.



Sono consapevole del contesto in cui opero.
Sono consapevole dei miei valori, diritti e doveri, punti di forza e debolezza.



Sono consapevole dei miei valori, dei miei diritti e doveri, dei miei punti di forza e debolezza.
Sono consapevole della dimensione etica delle scelte che faccio.



**Quando è stata l'ultima volta che è successo qualcosa grazie a una tua iniziativa?
Prendi spesso decisioni da solo?
Fai un esempio!**

Iniziativa

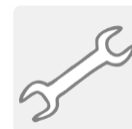


**Come ti senti quando ti viene dato un incarico?
Percepisci il compito assegnato come tuo?
Fai un esempio!**

Responsabilità



Sono in grado di identificare e perseguire i miei interessi, i miei bisogni e definire i miei obiettivi.
Sono in grado di cercare, confrontare e valutare informazioni e fonti. Identifico le nuove opportunità di apprendimento disponibili.
Mi mantengo motivato all'apprendimento.



Sono in grado di gestire i miei sentimenti, la frustrazione e lo stress, in situazioni ambigue o ambienti nuovi.
Sono in grado di adattarmi e modificare i miei approcci e comportamenti ad una determinata situazione.



Sono consapevole dei metodi, degli stili e degli approcci all'apprendimento, miei e degli altri.



Sono a conoscenza delle risorse disponibili in un determinato contesto.
Identifico le ambiguità e le nuove sfide.
Sono consapevole della mia identità in termini di pensiero, valori, sentimenti e comportamenti.



**Quando è stata l'ultima volta che hai dovuto imparare qualcosa di nuovo?
Come ti ha fatto sentire?**

Imparare ad imparare

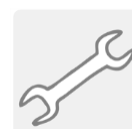


**Hai mai dovuto affrontare nuove situazioni nella tua vita/ambiente di lavoro?
Come ti ha fatto sentire?
Fai un esempio!**

Flessibilità e adattabilità



Tengo una veduta ampia sulle questioni e sono aperto a nuove prospettive.
Trovo soluzioni creative ai problemi.
Accetto i fallimenti come un'opportunità per imparare.
Ho capacità di produrre pensiero e formulare nuove idee.



Sono in grado di esaminare i dettagli specifici di un problema.
So analizzare una situazione e sono in grado di determinare cosa deve essere fatto.



Ho familiarità con i problemi e comprendo il loro rapporto con il contesto e la situazione.



Sono consapevole del contesto e dei processi in corso.
Ho familiarità con le strategie di impostazione del problema e sui metodi di risoluzione.



**Ti piace inventare o progettare qualcosa?
Fai un esempio!**

Innovazione e creatività



**Hai mai risolto un problema complesso?
Come hai fatto? Hai mai esaminato una situazione confusa e complessa?
Fai un esempio!**

Problem solving

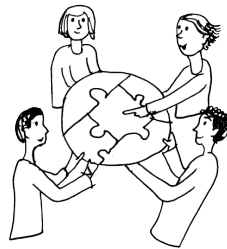




Sono bravo a parlare con le altre persone. Mi esprimo in modo chiaro quando parlo o scrivo nelle diverse situazioni.

Comunicazione

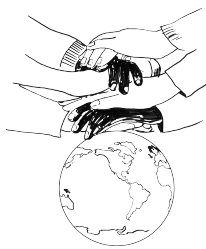
SOCIALI



Lavoro bene con le altre persone. Lavoro in modo attivo e cooperativo per raggiungere gli obiettivi comuni. Comprendo il mio ruolo nel gruppo, capisco e rispetto i ruoli degli altri.

Lavoro di gruppo

SOCIALI



Mi piace interagire con persone appartenenti ad altre culture, religioni, condizioni sociali o psico-fisiche.

Gestione interculturale e della diversità

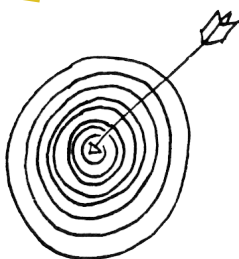
SOCIALI



Sono in grado di guidare un gruppo di persone. So motivare altri verso obiettivi comuni. Sono in grado di delegare.

Leadership

SOCIALI



Agisco con risoluzione e perseveranza. Eseguo i compiti assegnati in modo efficace.

Orientamento al risultato

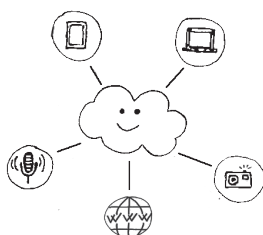
ORGANIZZATIVE



Sono in grado di coordinare il mio lavoro e quello degli altri. Uso tempo e risorse disponibili per ottenere risultati efficaci.

Organizzazione e pianificazione

ORGANIZZATIVE



Considero i mezzi digitali come un'opportunità e li uso in modo attivo e consapevole.

Pensiero digitale

ORGANIZZATIVE





Sono in grado di sviluppare buoni rapporti con gli altri e un senso di benessere dentro un gruppo. Capisco le differenze individuali e so gestirle. Sono in grado di leggere, negoziare e risolvere conflitti. Mi sento parte attiva del contesto e agisco in modo cooperativo.



Sono consapevole del mio valore e del mio potenziale contributo. Sono consapevole dei codici di condotta generali accettati in un gruppo.



Hai mai collaborato a un compito comune con altri? Qual era il tuo ruolo? Come ti ha fatto sentire?

Lavoro di gruppo



Mi tengo motivato e responsabile nei compiti e verso le persone. Considero sempre l'impatto delle azioni e delle decisioni. Interpreto i bisogni degli altri, il loro modo di pensare e lavorare, so valutare i loro punti di forza e di debolezza. Parlo chiaramente e in modo carismatico. Identifico i problemi e individuo le soluzioni.



So cosa significa leadership e come possa declinarsi in diversi stili. Sono consapevole dei miei punti di forza, di quali siano i miei bisogni e le mie visioni. Sono consapevole di cosa non è etico.



Hai mai avuto un ruolo da protagonista all'interno di un gruppo? Come ti ha fatto sentire? Gli altri hanno riconosciuto il tuo ruolo di riferimento? Fai un esempio!

Leadership



Analizzo e apprezzo il contesto in termini di obiettivi e risorse disponibili. Monitoro e valuto i miei progressi. Comunico chiaramente con gli altri. Identifico i compiti in relazione alle priorità.

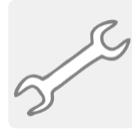


Ho familiarità con le basi della gestione di attività e risorse.



Come pianifichi il tuo lavoro? Quando hai molto da fare, come procedi? Fornisci un esempio!

Organizzazione e pianificazione



Sono in grado di avvicinare gli altri. Riesco ad ascoltare e capire le necessità della persona o delle persone con cui interagisco. Utilizzo gesti del viso e del corpo in modo coerente. So adattare il mio linguaggio a diverse tipologie di uditori.

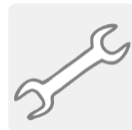


So con chi parlo e di cosa discorro. Conosco diversi stili e metodi per comunicare. Sono consapevole di come il linguaggio del corpo possa influenzare la mia capacità di comunicare.



Come interagisci con diversi tipi di persone? Cosa ti fa pensare che le persone capiscano ciò che dici? Fai un esempio!

Comunicazione



Sono in grado di interagire appropriatamente con diversi tipi di persone. Aiuto le persone a costruire e mantenere una buona relazione e comunicazione. Mantengo la calma e la tolleranza in situazioni di potenziale conflitto. Cerco di riconoscere i punti di vista di ciascuno, tenendo conto della cultura di provenienza e delle specificità del contesto.

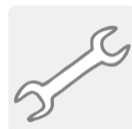


Sono consapevole di quali siano le somiglianze e le differenze tra le persone, tra le loro culture, tra le loro condizioni psico-sociali e umane. Sono consapevole della mia cultura, delle mie credenze, delle abitudini e dei miei comportamenti. Ho familiarità con altre lingue, culture e altri problemi che possono determinare la diversità (es. patologie).



Hai spesso contatti con persone di altri paesi, diversi background sociali o condizioni di salute? Come ti fa sentire? Fai un esempio!

Gestione interculturale e della diversità



Capisco e considero le diverse azioni e le decisioni che possono essere prese. So valutare i problemi e dare priorità alle azioni rispetto all'obiettivo prefissato. Regolo le mie azioni, comportamenti e pensieri per assicurare un determinato risultato.

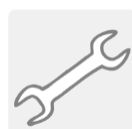


Sono consapevole del contesto e dei processi in corso. Ho familiarità con il concetto di gestione dei processi.



Quando è stata l'ultima volta che hai sentito di avere raggiunto un obiettivo? Cosa hai raggiunto e come? Succede spesso?

Orientamento al risultato



Riconosco quando il digitale può essere un'opportunità da sfruttare. Uso i mezzi digitali per la gestione delle informazioni, per svolgere compiti esplorativi e azioni creative. Traduco i principi morali della vita di tutti i giorni in principi operativi per l'uso sicuro e responsabile degli strumenti digitali.



Comprendo i principi di utilizzo e i concetti chiave del digitale per comunicare e gestire informazioni. Capisco la differenza tra ciò che è pubblico e privato negli strumenti digitali.



Usi spesso o fai affidamento su strumenti digitali? Hai mai sfruttato un mezzo digitale per risolvere un problema in modo creativo? Fai un esempio!

Pensiero digitale

CARTE LEVERUP



Le esperienze informali, ad esempio il volontariato, sono contesti di apprendimento molto ricchi in cui gli individui possono migliorare le competenze personali, sociali, metodologiche e organizzative. Le carte delle competenze LEVER UP forniscono uno strumento flessibile e di facile utilizzo per giocare con i concetti di base e per far emergere l'importanza e l'effettiva presenza di tali competenze nelle esperienze delle persone o in un determinato contesto.

Questo lavoro è concesso con una licenza internazionale Creative Commons Attribution Share Alike 4.0 (CC BY-SA 4.0). Le carte LEVER UP sono disegnate sull'opera originale del Forschungsinstitut Betriebliche Bildung per conto della Bertelsmann Stiftung. Le illustrazioni sono di Anne Lehmann Illustration und Graphic Recording a Berlino, con integrazioni di Silvia Haenen e Gino Pedrotti dello staff del progetto LEVER UP.

www.leverproject.eu

