



EARTHE

Activitatea 2

Set de instrumente digitale pentru dezvoltarea inovatoare a curriculumului și a metodologiei

Modulul 2 – Îmbunătățirea comunicării

Metoda 1 – Ateliere de povestire

Activități la clasă

Modulul 2 – Îmbunătățirea comunicării

Activitate la clasă 1 – Vorbește din experiență

Metodă asociată: *Ateliere de povestire*

Grup țintă

Vârsta: adulți între 25 și 55 de ani

Gen: mixt

Nivel de studii: Învățământ secundar sau superior (adaptabil la niveluri inferioare cu mai multe indicii vizuale)

Statut: Angajați, șomeri sau în căutarea unui loc de muncă

Oportunități reduse: Potrivit în special pentru migranți, locuitori din mediul rural sau adulți care se reîntorc la studii/muncă

Această activitate este concepută pentru adulții care se simt ezitanți să vorbească în fața altora. Ea reduce barierele, încurajează încrederea și introduce povestirea într-un mod simplu și încurajator.

Rezultate ale învățării

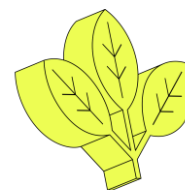
După finalizarea acestei activități, cursanții vor fi capabili să:

- Să împărtășească o scurtă poveste personală sau fictivă cu colegii într-un mediu sigur.
- Să exerseze ascultarea activă și empatia în timp ce alții vorbesc.
- Să-și consolideze încrederea în exprimarea de sine și în comunicarea orală.

Durată: 45-60 minute

Materiale și resurse

Cărți cu teme pentru povestiri (de exemplu, „Un moment în care m-am simțit mândru”, „O lecție pe care am învățat-o”, „O experiență amuzantă”), scaune aranjate în cerc,



EARTHE

flipchart sau tablă albă pentru notarea reflecțiilor, pixuri și caiete pentru pregătire opțională, un spațiu liniștit și sigur, propice pentru împărtășirea deschisă.

Descrierea activității

Această activitate îi introduce pe cursanți în arta povestirii într-un format circular sigur și incluziv, în care fiecare participant are ocazia să vorbească și să fie ascultat. Pe baza unor sugestii scurte, cursanții exersează cum să-și organizeze gândurile, să le exprime clar în mod e și să-și captiveze publicul. În același timp, ei își consolidează abilitățile de ascultare, empatie și respect reciproc, deoarece membrii grupului oferă feedback într-un mod constructiv. Activitatea dezvoltă încrederea în vorbitul în public, reduce anxietatea legată de exprimarea de sine și evidențiază povestirea ca o abilitate transferabilă pentru interviurile de angajare, munca în echipă și participarea la viața comunității.

Pași detaliați de implementare

Introducere:

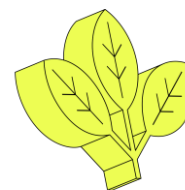
Facilitatorul întâmpină participanții, explică importanța povestirii ca abilitate de viață și de muncă și prezintă activitatea ca un exercițiu fără presiune, în care sunt acceptate atât povești personale, cât și ficționale.

O scurtă activitate de spargere a gheții (de exemplu, „prezentați-vă cu numele și un hobby preferat”) reduce anxietatea și favorizează un mediu prietenos.

Facilitatorul explică regulile de bază: ascultare activă, fără întreruperi, feedback respectuos și confidențialitate. Sunt introduse carduri cu sugestii de povești.

Activitatea principală:

1. Fiecare participant selectează sau primește o carte cu sugestii de povestiri.
2. Participanții își împărtășesc pe rând povestea (2-3 minute fiecare). Facilitatorul ține evidența timpului, sprijinind cu blândețe pe oricine are dificultăți în a începe.
3. După fiecare poveste, 1-2 membri ai grupului oferă feedback pozitiv cu privire la ceea ce le-a plăcut sau au învățat. Facilitatorul pune accent pe abilitățile soft cheie (contactul vizual, tonul vocii, empatia).



EARTHE

4. Ascultătorii sunt încurajați să reflecteze asupra unei părți din poveste (de exemplu, „Am auzit că...”), contribuind la exersarea ascultării active și a abilităților de memorare.
5. Procesul continuă până când toți participanții au avut rândul.

Concluzie și reflecție

Facilitatorul conduce o discuție de debriefing:

- Cum v-ați simțit când ați împărtășit povestea voastră?
- Ce ați observat în legătură cu modul în care au ascultat ceilalți?
- Care părți ale experienței pot fi utile în interviurile de angajare, în munca în grup sau în activitățile comunitare?

Participanții sunt invitați să noteze o concluzie despre ei înșiși în calitate de comunicatori și o modalitate prin care pot exersa povestirea în viața de zi cu zi.

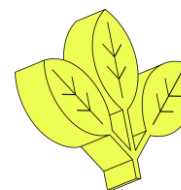
Facilitatorul face legătura între concluzii și angajabilitate (interviuri, prezentări), învățarea pe tot parcursul vieții și incluziunea socială.

Metoda de evaluare

- **Observare:** facilitatorul notează încrederea participanților, limbajul corpului și implicarea în ascultare.
- **Reflecție în grup:** participanții împărtășesc ceea ce au învățat și cum s-au simțit înainte și după activitate.
- **Autoevaluare:** o scurtă notiță scrisă sau o rundă orală („Mă simt mai încrezător/încă nervos/gata să exersezi mai mult”).
- **Feedback între colegi:** membrii grupului evidențiază punctele forte ale povestirilor celorlalți (de exemplu, structură clară, exprimare expresivă, creativitate).

Sfaturi de adaptare

Pentru cursanții cu un nivel scăzut de alfabetizare, utilizați indicii vizuale pentru povestire (imagini cu situații cotidiene, obiecte sau locuri) în loc de cartonașe scrise.



EARTHE

Pentru grupurile de migranți, permiteți povestiri în limbile native, cu traducere de către colegi sau facilitatori; încurajați gesturile și desenele pentru a sprijini exprimarea.

Pentru învățarea online/mixtă, utilizați carduri digitale și săli separate pentru grupuri mai mici, asigurându-vă că toată lumea are șansa să vorbească.

Pentru grupurile mai mari, împărțiți participanții în cercuri mai mici de 5-6 persoane, pentru a asigura suficient timp pentru împărtășire.

Pentru cursanții avansați, extindeți activitatea cerând ascultătorilor să repete povestea altui participant pentru a consolida memoria și înțelegerea ascultării.

Modulul 2 – Îmbunătățirea comunicării

Activitatea la clasă 2 – Provocarea remixării poveștii

Metodă conexă: *Ateliere de povestire*

Grup țintă

Vârsta: adulți între 25 și 55 de ani

Gen: mixt

Nivel de studii: Învățământ secundar sau superior (adaptabil la niveluri inferioare cu mai multe indicii vizuale)

Statut: Angajați, șomeri sau în căutarea unui loc de muncă

Oportunități reduse: Potrivit în special pentru migranți, locuitori din mediul rural sau adulți care se reîntorc la studii/muncă

Această activitate stimulează creativitatea și adaptabilitatea, cerând participanților să repete povestea altcuiva cu propriile cuvinte, cu o întorsătură. Cursanții exersează ascultarea, parafrizarea și comunicarea expresivă, în timp ce își dezvoltă încrederea în a vorbi în fața unui public.

Rezultate ale învățării

După finalizarea acestei activități, cursanții vor fi capabili să:

- exerseze ascultarea activă și înțelegerea prin captarea esenței poveștii unui coleg.
- adapteze și să repete o poveste în mod creativ, folosind propriile cuvinte și stilul propriu.
- Își consolideze exprimarea verbală, indiciile nonverbale și implicarea publicului.
- consolideze încrederea în improvizație și în vorbirea în fața altora.

Durată: 45-60 minute

Materiale și resurse



EARTHE

Cărți sau teme cu sugestii de povești, hârtie și pixuri pentru notițe (opțional), flipchart sau tablă pentru înregistrarea temelor emergente

Descrierea activității

În primul rând, cursanții ascultă cu atenție povestea unui coleg. Apoi, în loc să-și spună propria poveste, ei povestesc din nou povestea colegului, fie fidel, fie cu un „remix” jucăuș (de exemplu, exagerând finalul, schimbând perspectiva). Acest lucru îmbunătățește acuratețea ascultării, empatia și agilitatea povestirii.

Pași detaliați de implementare

Introducere

Facilitatorul prezintă exercițiul ca o modalitate de a exersa atât abilitățile de povestire, cât și cele de ascultare. Cursanților li se reamintește că scopul nu este competiția, ci colaborarea creativă. Facilitatorul modelează procesul povestind o poveste scurtă și apoi rugând un voluntar să o repovestească cu propria interpretare, demonstrând atât repovestirea fidelă, cât și variația creativă.

Activitatea principală:

Cursanții sunt împărțiți în perechi. Fiecare participant alege o carte cu o temă și relatează o scurtă poveste personală partenerului său.

După ce ascultă, partenerul relatează din nou povestea grupului, folosind propriile cuvinte. Poate să o repovestească fidel sau să adauge o variație jucăușă (de exemplu, „Imaginați-vă că această poveste s-a întâmplat în spațiu” sau „Ce-ar fi dacă finalul ar fi fost diferit?”).

Partenerii schimbă apoi rolurile, astfel încât fiecare să aibă șansa de a povesti și de a repovesti.

După ce toate perechile au terminat, câțiva voluntari împărtășesc poveștile lor remixate cu întregul grup, evidențiind creativitatea și ascultarea activă.

Facilitatorul încurajează grupul să observe ce a fost păstrat și ce a fost schimbat, precum și diferența dintre repovestire și povestirea originală.

Concluzie și reflecție:



Co-funded by
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.



EARTHE

„Cum v-ați simțit când ați auzit povestea voastră repovestită de altcineva?”

„De ce abilități ați avut nevoie pentru a repovesti povestea partenerului vostru?”

„Cum vă pot ajuta creativitatea și ascultarea în comunicarea de zi cu zi?”

Cursanții notează o abilitate de comunicare pe care au exersat-o și o idee pe care au dobândit-o despre propria lor povestire.

Metoda de evaluare

Observarea capacității cursanților de a surprinde punctele cheie ale poveștilor.

Feedbackul colegilor cu privire la acuratețea și creativitatea relatării.

Discuție de grup care evidențiază provocările și succesele.

Sfaturi de adaptare

Pentru cursanții timizi, permiteți-le să lucreze în grupuri mici, în loc să prezinte în fața întregii clase.

Pentru învățarea online, utilizați săli separate pentru schimbul de povești și prezentări remixate.

Pentru participanții cu un nivel scăzut de alfabetizare, eliminați scrierea și concentrați-vă exclusiv pe povestirea orală.



Modulul 2 – Îmbunătățirea comunicării

Activitatea la clasă 3 – Cercul de schimb de povești

Metodă conexă: Ateliere de povestire

Grup țintă

Vârsta: adulți între 25 și 55 de ani

Gen: mixt

Nivel de studii: Învățământ secundar sau superior (adaptabil la niveluri inferioare)

Statut: Angajați, șomeri sau în căutarea unui loc de muncă

Oportunități reduse: Potrivit locuitori din mediul rural sau adulți care se reîntorc la studii/muncă. Această activitate încurajează participanții să împărtășească scurte povestiri personale într-un cadru de grup favorabil. Prin împărtășire și ascultare, cursanții exersează încrederea în exprimare, empatie și ascultare activă.

Rezultate ale învățării

După finalizarea acestei activități, cursanții vor fi capabili să:

- Împărtășească o poveste personală într-un mediu de grup structurat.
- Exerseze exprimarea verbală clară și ordonarea ideilor.
- Își consolideze abilitățile de ascultare și empatia prin ascultarea poveștilor colegilor.

Durată: 45-60 minute

Materiale și resurse

Cărți cu sugestii pentru începerea poveștilor (de exemplu, „O dată când m-am simțit mândru...”, „O provocare pe care am depășit-o...”), scaune aranjate în cerc, cronometru, un spațiu liniștit și sigur, propice pentru împărtășirea deschisă.

Descrierea activității



Co-funded by
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.



EARTHE

Cursanții stau în cerc și, pe rând, împărtășesc povești scurte pe baza indicațiilor. Fiecare cursant devine atât povestitor, cât și ascultător, dezvoltându-și încrederea în vorbire și, în același timp, empatia și abilitățile de comunicare.

Pași detaliați de implementare

Introducere

Facilitatorul îi întâmpină pe cursanți în cerc și le prezintă ideea povestirii ca o modalitate naturală de a împărtăși experiențe și de a interacționa cu ceilalți. Participanților li se reamintește că toate poveștile sunt valabile – nu există o modalitate „corectă” sau „incorectă” de a povesti. Facilitatorul explică regulile de bază: ascultați cu respect, nu întrerupeți și tratați poveștile cu confidențialitate. Se distribuie cartonașe cu începuturi de povești (de exemplu, *„Un moment de mândrie”, „O lecție pe care am învățat-o”*) și cursanții aleg una pe care se simt confortabil să o împărtășească.

Activitatea principală:

Facilitatorul modelează procesul împărtășind o poveste personală foarte scurtă bazată pe un indiciu, demonstrând deschidere, structură și expresie emoțională.

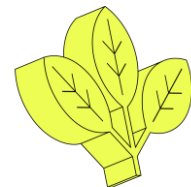
Cursanții împărtășesc pe rând propriile povești cu grupul. Fiecare participant vorbește pentru o perioadă scurtă de timp, în timp ce ceilalți ascultă cu atenție.

După fiecare poveste, următorul cursant parafrazează ceea ce a înțeles într-una sau două propoziții (pentru a consolida ascultarea activă) înainte de a-și spune propria poveste.

Facilitatorul încurajează comunicarea nonverbală (contact vizual, gesturi, ton) pentru a spori claritatea și implicarea. Cursanților li se reamintește să se susțină reciproc cu aprobare și feedback pozitiv.

Cercul continuă până când toți participanții și-au împărtășit poveștile.

Concluzie și reflecție:



EARTHE

Facilitatorul conduce o discuție de debriefing, invitând participanții să reflecteze atât asupra vorbirii, cât și asupra ascultării:

- „Cum v-ați simțit când ați împărtășit povestea voastră?”
- „Ce ați observat când i-ați ascultat pe ceilalți?”
- „Parafrizarea v-a ajutat să vă concentrați asupra a ceea ce spunea vorbitorul?”

Cursanții identifică un punct forte personal pe care l-au folosit (de exemplu, claritatea povestirii, empatia, ascultarea) și un aspect pe care ar dori să îl îmbunătățească. Opțional, grupul poate crea o „hartă a poveștii” colectivă pe o tablă sau un flipchart, rezumând temele comune care au apărut.

Metoda de evaluare

Observarea participării și a implicării.

Parafrizarea demonstrează ascultarea și înțelegerea.

O scurtă reflecție în grup confirmă rezultatele învățării.

Sfaturi de adaptare

Pentru grupurile cu un nivel scăzut de alfabetizare, utilizați numai indicații orale.

Pentru cursanții timizi, permiteți-le să spună o poveste fictivă sau anonimă.

Pentru grupurile online, adaptați formatul cercului la camere separate sau la împărtășirea în tur de cuvânt.