



EARTHE

Activitatea 2

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

Modulul 2 – Îmbunătățirea comunicării

Metoda 4 – Simularea comunicării

Activități în clasă



EARTHE

Modulul 2 – Îmbunătățirea comunicării

Activitate în clasă 1 – Simularea unui interviu de angajare

Metodă conexă

Simularea comunicării

Grup țintă

Vârsta: adulți între 20 și 55 de ani

Sex: mixt

Nivel de studii: Învățământ secundar și superior (adaptabil la diferite niveluri de învățământ)

Statut: Angajați, șomeri sau în căutarea unui loc de muncă (deosebit de util pentru persoanele care caută activ un loc de muncă)

Oportunități reduse: Relevant în special pentru migranți, femei care se reîntorc la muncă sau adulți cu experiență profesională limitată.

Această activitate este concepută pentru cursanții adulți care se pregătesc pentru căutarea unui loc de muncă sau reintegrarea pe piața muncii. Oferă un mediu sigur pentru a exersa răspunsurile la întrebările din cadrul interviurilor, pentru a îmbunătăți comunicarea nonverbală și pentru a primi feedback constructiv de la colegi și facilitatori.

Rezultate ale învățării

La sfârșitul acestei activități, participanții vor fi capabili să:

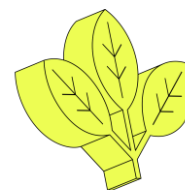
- Demonstreze strategii de comunicare eficiente într-un cadru de interviu simulat.
- Să adapteze răspunsurile la diferite tipuri de întrebări din interviu (comportamentale, situaționale, personale).
- Utilizeze indicii non-verbale adecvate, cum ar fi postura, contactul vizual și tonul vocii.
- Să-și consolideze încrederea în gestionarea întrebărilor neașteptate sau dificile.

Durată: 60 de minute

Materiale și resurse

Cărți cu întrebări pregătite pentru interviu (obișnuite, comportamentale, situaționale), cărți cu roluri pentru intervievator/intervievat/observator, scaune aranjate în perechi sau în jurul unei „mese” pentru a simula un interviu, formulare de feedback pentru observatori, cronometru/ceas

Descrierea activității



EARTHE

În această simulare, cursanții preiau rolurile de intervievator, interviuat și observator. Fiecare rundă oferă participanților șansa de a exersa răspunsurile la întrebări reale de interviu, în timp ce colegii observă și oferă feedback constructiv. Activitatea îmbunătățește claritatea, încrederea și adaptabilitatea într-un context de comunicare profesională.

Pași detaliați de implementare

Introducere

Facilitatorul explică importanța comunicării în interviurile de angajare, incluzând atât aspectele verbale, cât și cele non-verbale. O scurtă sesiune de brainstorming în grup adună exemple de provocări comune în cadrul interviurilor.

Activitatea principală

Participanții sunt împărțiți în triade: un intervievator, un interviuat și un observator. Intervievatorul selectează 3-4 cărți cu întrebări și conduce un interviu scurt (5-7 minute). Interviuitul răspunde, exersând structura (de exemplu, metoda STAR pentru întrebări comportamentale).

Observatorul utilizează un formular de feedback pentru a nota punctele forte și aspectele care pot fi îmbunătățite în ceea ce privește ascultarea, claritatea și limbajul corporal.

Rolurile se rotesc până când toți participanții au încercat să fie intervieuați.

Facilitatorul poate adăuga provocări (de exemplu, întrebări neașteptate de urmărire, limbajul corpului nervos de gestionat).

Concluzie și reflecție

Discuție de grup: Ce vi s-a părut cel mai ușor sau cel mai dificil în cadrul interviului?

Observatorii împărtășesc feedback constructiv cu intervieuații.

Facilitatorul face legătura între experiențe și pregătirea pentru un loc de muncă în viața reală, evidențiind abilitățile transferabile (claritate, încredere, adaptabilitate).

Metoda de evaluare

Observarea de către facilitator și colegi folosind formulare de feedback structurate.

Reflecție de grup asupra strategiilor care au funcționat bine și asupra aspectelor care necesită îmbunătățiri.

Autoevaluare rapidă opțională: „Cât de încrezător te simți acum în ceea ce privește interviurile, comparativ cu înainte?”

Sfaturi de adaptare

Pentru cursanții cu un nivel scăzut de alfabetizare, simplificați întrebările și permiteți răspunsuri orale în loc de răspunsuri scrise.

Pentru migranți sau cursanți ESL, adaptați scenariile pentru a vă concentra pe claritate și încredere, mai degrabă decât pe gramatică perfectă.

Pentru livrarea online, utilizați săli de discuții cu carduri digitale cu întrebări.



EARTHE

Pentru cursanții avansați, includeți interviuri în stil panel sau întrebări de rezolvare a problemelor bazate pe cazuri.

Modulul 2 – Îmbunătățirea comunicării

Activitate în clasă 2 – Joc de rol pentru rezolvarea conflictelor

Metodă asociată

Simularea comunicării

Grup țintă

Vârsta: adulți între 20 și 55 de ani

Sex: mixt

Nivel de studii: Învățământ secundar și superior (adaptabil la diferite niveluri de învățământ)

Statut: Angajați, șomeri sau în căutarea unui loc de muncă (deosebit de util pentru persoanele care caută activ un loc de muncă)

Oportunități reduse: Relevant în special pentru migranți, femei care se reîntorc la muncă sau adulți cu experiență profesională limitată.

Această activitate îi ajută pe cursanți să exerseze comunicarea calmă, clară și constructivă în momentele de dezacord. Prin simularea unor scenarii de conflict într-un cadru sigur, participanții capătă încredere în gestionarea emoțiilor, ascultarea activă și găsirea de soluții care respectă toate perspectivele.

Rezultate ale învățării

La sfârșitul acestei activități, participanții vor fi capabili să:

- Demonstreze strategii de dezamorsare a conflictelor prin comunicare clară și respectuoasă.
- Exerseze ascultarea activă pentru a înțelege perspectivele opuse.
- A aplice asertivitatea fără agresivitate în situații dificile.
- Să-și consolideze încrederea în negocierea soluțiilor în mod colaborativ.

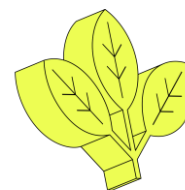
Durată: 60 de minute

Materiale și resurse



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

Cărți cu scenarii care prezintă conflicte la locul de muncă sau în comunitate, cărți cu roluri pentru participanți, formulare de feedback pentru observatori, scaune aranjate pentru a simula mediul de lucru sau de întâlnire, flipchart/tabla albă pentru reflecția în grup.

Descrierea activității

Participanții preiau roluri în scenarii scurte de conflict și exersează rezolvarea dezacordurilor prin comunicare. Jocul de rol le permite să exploreze diferite perspective și să dezvolte abilități de ascultare, empatie și exprimare asertivă. Observatorii oferă feedback de cu privire la strategiile de comunicare utilizate, asigurându-se că participanții conectează practica la aplicații din viața reală.

Pași detaliați de implementare

Introducere

Facilitatorul prezintă importanța comunicării în rezolvarea conflictelor. Se explică principiile cheie (păstrați-vă calmul, ascultați activ, folosiți afirmații cu „eu”, concentrați-vă pe soluții).

Activitate principală

Cursanții sunt împărțiți în grupuri de câte trei: doi actori (părțile implicate în conflict) și un observator/mediator.

Fiecare pereche primește o carte cu scenariul care descrie conflictul. Exemplu: „Împărțiți un spațiu de birou și una dintre persoane consideră că cealaltă este prea zgomotoasă”.

Actorii joacă scenariul timp de 5-7 minute, folosind strategiile discutate.

Observatorul notează punctele forte și provocările comunicării.

Rolurile se rotesc până când fiecare participant a jucat toate rolurile.

Facilitatorul poate introduce variații: declanșatori emoționali (furie, atitudine defensivă) sau noi constrângeri (timp limitat pentru rezolvare).

Concluzie și reflecție

Discuția de grup se concentrează pe:

Ce strategii au funcționat cel mai bine în reducerea tensiunii?

Cum a influențat ascultarea activă rezultatul?

Cum pot fi aplicate aceste abilități la locul de muncă, la interviuri sau în viața personală?

Cursanții notează o strategie de comunicare specifică pe care se angajează să o practice în viața reală.

Metoda de evaluare

Observarea de către facilitator și colegi folosind feedback structurat.

Discuții de reflecție care leagă experiențele de joc de rol de contexte din lumea reală.

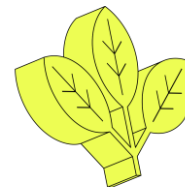
Autoevaluare rapidă scrisă sau orală: „O abilitate pe care am îmbunătățit-o astăzi este...”.

Sfaturi de adaptare



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

Pentru cursanții cu un nivel scăzut de alfabetizare, utilizați carduri cu scenarii vizuale (imagini care reprezintă situații de conflict).

Pentru migranți, includeți scenarii de conflict intercultural pentru a evidenția diferențele culturale în comunicare.

Pentru mediile online, utilizați săli de discuții cu carduri digitale cu scenarii și dezbateri de grup în plen.

Pentru cursanții avansați, simulați situații de mediere formală sau negocieri cu miză mare.

Modulul 2 – Îmbunătățirea comunicării

Activitatea 3 – Simularea unui joc de rol în situații de criză

Metodă asociată

Simularea comunicării

Grup țintă

Vârsta: adulți între 20 și 55 de ani

Sex: mixt

Nivel de studii: Învățământ secundar și superior (adaptabil la diferite niveluri de învățământ)

Statut: Angajați, șomeri sau în căutarea unui loc de muncă (deosebit de util pentru persoanele care caută activ un loc de muncă)

Oportunități reduse: Relevant în special pentru migranți, femei care se reîntorc la muncă sau adulți cu experiență profesională limitată.

Această activitate îi plasează pe cursanți într-un scenariu de comunicare sub presiune, cum ar fi rezolvarea unui conflict la locul de muncă, gestionarea unei reclamații a unui client sau răspunsul la provocări neașteptate. Aceasta consolidează claritatea, adaptabilitatea și empatia în situații de stres.

Rezultate ale învățării

La sfârșitul acestei activități, participanții vor fi capabili să:

- Demonstreze o comunicare clară și structurată în condiții de presiune.
- Exerseze menținerea calmului și respectului în scenarii de conflict sau criză.
- Aplice empatie și abilități de rezolvare a problemelor pentru a rezolva neînțelegerile.



EARTHE

- Reflecteze asupra punctelor forte și a aspectelor care pot fi îmbunătățite în stilul de comunicare.

Durată: 60 de minute

Materiale și resurse

Cărți cu scenarii care descriu situații de criză/conflict, scaune și spațiu deschis pentru jocul de rol, flipchart sau tablă albă pentru reflecții de grup.

Descrierea activității

Cursanții joacă scenarii de criză în perechi sau în grupuri mici, concentrându-se pe o comunicare calmă, respectuoasă și orientată spre soluții. Exercițiul îi ajută pe participanți să-și dezvolte reziliența, să exerseze empatia și să-și adapteze stilul la situații stresante.

Pași detaliați de implementare

Introducere

Facilitatorul introduce conceptul: în situații de criză sau conflict, comunicarea poate fie să agraveze problema, fie să o rezolve. Grupul face brainstorming cu exemple de conversații stresante cu care se confruntă în viața reală. Facilitatorul explică obiectivul: exersarea comunicării structurate și respectuoase sub presiune.

Activitate principală

Cursanții sunt împărțiți în grupuri mici și li se atribuie o carte cu scenariul de criză.

Runda 1: Cursanții improvizează scenariul fără îndrumare, răspunzând în mod natural.

Runda 2: Facilitatorul introduce instrumente structurate (de exemplu, afirmații cu „eu”, ton calm, concentrarea pe soluții). Grupurile rejocă scenariul folosind aceste tehnici.

După fiecare rundă, grupurile reflectează: „Ce a îmbunătățit comunicarea? Ce a îngreunat-o?”

Câteva grupuri prezintă scenariul în fața clasei, urmat de feedback colectiv și discuții.

Concluzie și reflecție

Facilitatorul conduce reflecția de grup cu întrebări orientative:

- „Ce v-a ajutat să rămâneți calmi în fața presiunii?”
- „Cum a schimbat empatia rezultatul conversației?”
- „Ce tehnici ați putea aplica în situațiile din viața reală?”

Cursanții se angajează să încerce una dintre aceste tehnici în viața personală sau profesională.

Metoda de evaluare

Facilitatorul observă claritatea, tonul și utilizarea strategiilor de rezolvare a conflictelor.

Feedback din partea colegilor și a grupului după fiecare rundă.

Autoevaluarea cursanților cu privire la punctele forte și aspectele care necesită îmbunătățiri.



Sfaturi de adaptare

Pentru începători, utilizați scenarii mai puțin conflictuale (de exemplu, „*Doi prieteni decid ce film să vadă*”).

Pentru cursanții avansați, simulați conflicte profesionale sau interculturale.

Pentru învățarea online, adaptați-vă la sălile de discuții și rugați cursanții să joace scenarii prin apeluri video.