



**EARTHE**

## **Activitatea 2**

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

**Modulul 2 – Îmbunătățirea comunicării**

**Metoda 4 – Simularea comunicării**

## Modulul 2 – Îmbunătățirea comunicării

### Metoda 4 – Simularea comunicării

#### ***Accent pe competențele transversal (soft skills)***

Această metodă se concentrează pe dezvoltarea **competențelor de comunicare în situații reale** prin scenarii simulate. Cursanții exersează structurarea mesajelor, adaptarea la diferite tipuri de public și răspunsul eficient în situații de presiune. Aceasta dezvoltă **claritatea, încrederea și empatia** atât în contexte profesionale, cât și sociale.

#### ***Rezultate ale învățării***

- Aplicarea strategiilor de comunicare în scenarii realiste la locul de muncă și în contexte sociale.
- Adaptarea tonului, stilului și limbajului corporal la diferite tipuri de public și contexte.
- Răspundeți în mod constructiv la întrebări sau provocări neașteptate.
- Demonstrați ascultare activă și articulare clară în conversații importante.

#### ***Grup țintă***

**Vârsta:** adulți între 20 și 55 de ani

**Sex:** mixt

**Nivel de studii:** secundar și superior (adaptabil la diferite niveluri de alfabetizare)

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

**Oportunități reduse:** Relevant în special pentru participanții cu experiență profesională limitată, migranții care se confruntă cu bariere lingvistice sau adulții care se reîntorc la studii/ocuparea unui loc de muncă după o pauză îndelungată.

Această metodă este concepută pentru cursanții care trebuie să se pregătească pentru cerințe reale de comunicare, cum ar fi interviuri de angajare, ședințe la locul de muncă, servicii pentru clienți sau prezentări. Prin simularea acestor situații într-un mediu de învățare sigur, participanții capătă încredere, își reduc anxietatea și exersează abilități transferabile pentru succesul profesional și personal.

#### ***Descrierea metodei***

Simulările de comunicare sunt jocuri de rol structurate care reproduc situații de comunicare din lumea reală. Cursanții preiau roluri (de exemplu, intervievator/intervievat, manager/angajat, client/furnizor de servicii) și exersează răspunsul la provocări într-un mediu favorabil. Feedback-ul și reflecția îi ajută să-și perfecționeze abordarea, îmbunătățind atât claritatea exprimării, cât și adaptabilitatea sub presiune.

#### ***Instrucțiuni de implementare***



**EARTHE**

**Durată:** 60-75 de minute per sesiune (poate fi repetat în mai multe sesiuni cu scenarii variate).

**Număr de participanți:** 6-15 (ideal pentru interacțiunea în grup și observarea colegilor).

**Materiale necesare:** carduri cu scenarii, carduri cu descrierea rolurilor, cronometru, recuzită opțională (mese, scaune, articole de birou), formulare de feedback.

**Spațiu:** sală de clasă sau spațiu de formare deschis, cu scaune flexibile pentru a crea configurații de tip interviu sau întâlnire de grup.

### ***Implementare în 5 pași***

**Pasul 1 – Introducere și context:** Facilitatorul explică scopul simulărilor de comunicare: exersarea abilităților din viața reală într-un cadru sigur și favorabil. O scurtă discuție explorează situațiile pe care participanții le consideră cele mai dificile (de exemplu, interviuri, conflicte la locul de muncă).

**Pasul 2 – Stabilirea scenariului:** Participanților li se prezintă scenarii de joc de rol folosind carduri cu indicații/roluri. Rolurile sunt distribuite (de exemplu, un cursant ca manager, altul ca angajat) și se dau instrucțiuni clare: scopul nu este performanța, ci exersarea și învățarea.

**Pasul 3 – Runde de simulare:** Perechile sau grupurile mici joacă scenariul. Facilitatorul poate introduce provocări (de exemplu, întrebări neașteptate, neînțelegeri) pentru a simula presiunea din viața reală. Observatorii iau notițe cu privire la claritate, ascultare, ton și limbajul corpului.

**Pasul 4 – Feedback și reflecție:** După fiecare rundă, colegii și facilitatorul oferă feedback constructiv. Cursanții sunt încurajați să reflecteze asupra a ceea ce a funcționat bine și a ceea ce ar putea fi îmbunătățit. Facilitatorul evidențiază strategiile de comunicare transferabile.

**Pasul 5 – Consolidare și debriefing:** Discuția de grup leagă activitatea de aplicații din viața reală (de exemplu, interviuri de angajare, ședințe la locul de muncă, negocieri). Cursanții identifică un punct de acțiune personal pe care să îl practice în afara atelierului.

### ***Sfaturi practice***

**Sfatul 1:** Începeți cu scenarii simple, cu un nivel redus de stres (de exemplu, cererea de indicații, explicarea unui hobby) înainte de a trece la situații cu miză mare, cum ar fi interviurile.

**Sfatul 2:** Încurajați sprijinul reciproc – reamintiți participanților că toți exersează, nu performează.

**Sfatul 3:** Folosiți scenarii relevante din punct de vedere cultural pentru a spori implicarea și valoarea practică (de exemplu, formate locale de interviuri de angajare, interacțiuni obișnuite la locul de muncă).



### ***Întrebări pentru debriefing***

Cum v-ați simțit în timpul simulării în comparație cu provocările de comunicare din viața reală?

Ce strategii v-au ajutat să vă exprimați clar și să răspundeți la situații neașteptate?

Cum puteți aplica ceea ce ați învățat astăzi la locul de muncă, în comunitate sau în viața personală?

### ***Fișă de descriere practică***

**Titlu:** Simularea comunicării

**Scop:** Exersarea comunicării în scenarii realiste și consolidarea încrederii.

**Durată:** 60–75 minute

**Format:** Jocuri de rol în perechi/grupuri cu feedback

**Pași principali:** Introducere → Stabilirea scenariului → Simulare → Feedback → Debriefing

**Materiale:** Carduri cu scenarii/roluri, cronometru, recuzită opțională

**Grup țintă:** Adulți cu vârste cuprinse între 20 și 55 de ani, din medii diverse, persoane în căutarea unui loc de muncă și angajați

**Rezultate ale învățării:** Adaptarea comunicării la context, răspunsul la provocări, îmbunătățirea clarității și a ascultării, consolidarea încrederii.

**Beneficii cheie:** Reduce anxietatea, crește gradul de pregătire pentru lumea reală, întărește adaptabilitatea.