

JOY

Developing Attunement through the Experience of Joy

Rapporto di sintesi

Risultato R4-A3

A cura di: Kees Schuur, Eva Virag Suhajda,
Margitta Glawe, Anikó Kottés, Antonella Alessi,
Giulia D'Annibale, Julia Dobay, Katalin Mária
Lábán

ROGERS FOUNDATION FOR PERSON CENTRED EDUCATION,
Ungheria

GeSoB - Gesellschaft für Sozialforschung und
Bildung, Austria

UWEZO GmbH, Germania

Astoria Színházi Közművelődési Egyesület,
Ungheria

Centro per lo Sviluppo Creativo Danilo Dolci,
Italia



Cofinanziato
dall'Unione europea



Informazioni sul risultato

Convenzione di sovvenzione n.	2021-1-HU01-KA220-ADU-000028311
Acronimo del progetto	ODE-TO-JOY
Titolo del progetto	Ode to Joy Developing Attunement through the Experience of Joy
Durata del progetto	01/11/2021 - 01/05/2024 (30 mesi)
Task	A3
Risultato	R4-A3 Rapporto di sintesi
Stato	Versione finale
Numero di versione	1.1
Responsabile risultato	UWEZO GmbH

Coordinatore del progetto

Nome	
Organizzazione	Rogers Foundation for Person-Centred Education
Posta elettronica	aniko.kottes@rogersalapitvany.hu
Indirizzo postale	6 Via Beethoven, Budapest 1126, Ungheria

A cura di:

Nome	Organizzazione
Kees Schuur	UWEZO GmbH
Margitta Glawe	UWEZO GmbH
Eva Virag Suhajda	GeSoB - Gesellschaft für Sozialforschung und Bildung
Anikó Kottes	Rogers Foundation for Person-Centred Education
Julia Dobay	Astoria Színházi Közművelődési Egyesület
Katalin Mária Lábán	Astoria Színházi Közművelődési Egyesület
Giulia D'Annibale	Centro per lo Sviluppo Creativo Danilo Dolci

Esclusione di responsabilità

Il sostegno della Commissione europea alla produzione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione del contenuto, che riflette esclusivamente il punto di vista degli autori. La Commissione non può essere ritenuta responsabile per l'uso che può essere fatto delle informazioni ivi contenute.

Questo documento è di proprietà del consorzio JOY. Il materiale del progetto sviluppato nell'ambito delle attività di gestione e implementazione del progetto non può essere copiato o distribuito in qualsiasi forma o con qualsiasi mezzo senza il previo accordo scritto del consorzio JOY.

Licenza e copyright
© Consorzio JOY, 2024





Sintesi del progetto

Titolo	R4.1 Rapporto di sintesi
Descrizione	<p>Il <u>rapporto di sintesi</u> fornisce una revisione dei risultati degli output 1, 2 e 3, dell'approccio JOY e dei relativi metodi, procedure e strumenti.</p> <p>Questo rapporto include l'impatto diretto del progetto sul riconoscimento informale, sull'autoconsapevolezza, sull'autostima, sull'autoefficacia e sulla motivazione e l'impatto indiretto sulla validazione formale dei risultati dell'apprendimento. Il rapporto include anche un piano per la valorizzazione e la sostenibilità.</p>
Organizzazione partner	UWEZO GmbH
Responsabili del documento	Kees Schuur, Eva Virag Suhajda, Karin Lackner, Margitta Glawe, Giulia D'Annibale, Katalin Mária Lábán, Julia Dobay, Anikó Kottes
Data di scadenza	30 aprile 2024
Lingua	IT



Sommario

1. Ricerca	5
1.1. Introduzione	5
1.2. Modello	7
1.3. Criteri	10
1.4. Metodologie	11
1.5. Valutazione dell'apprendimento progressivo (VPL)	12
1.6. Conclusioni	14
2. Attività	15
3. Manuale	16
4. Programma di base e programmi alternativi dei partner	17
4.1 Introduzione	17
4.2 Breve descrizione del programma	18
4.3 Formazione sperimentale del corpo formativo: calendario	19
4.4 Programma alternativo	20
5. Risultati dell'apprendimento	22
2.1. Modello	26
2.2. Processo	29
2.3. Gruppi di riferimento	30
2.4. Pratiche e attività	32
3.1. Valorizzazione	33
3.2. Sostenibilità	34
3.3. Costi e benefici	35
3.4. Efficacia	37
3.5. Suggerimenti per il futuro	38
6. Raccomandazioni per l'applicazione di JOY al livello UE	39
1. Allegato A: Programmi alternativi	41
2. Allegato B: Attività VPL	44



1. Ricerca

1.1. Introduzione

Il presente risultato è una guida alla metodologia pedagogica da utilizzare nella formazione JOY. Presenta le diverse fasi di costruzione del metodo pedagogico per l'accompagnamento delle e dei giovani, i prerequisiti in termini di risorse e di team di tutor, nonché la gamma di servizi ritenuti appropriati e necessari per soddisfare i bisogni identificati.

La gioia è solo una delle tante emozioni positive¹, ma in qualche modo è l'emozione che ognuno di noi aspira a raggiungere. Nell'approccio JOY, il sentimento di gioia non è inteso come sinonimo di felicità; la gioia non è un'emozione universale, ma una virtù più complessa. Non è causata da un evento particolare, ma nasce dall'interno dell'individuo. Gioia significa accettazione di sé, flessibilità nelle situazioni inaspettate, cura di sé, capacità di provare emozioni positive e di affrontare situazioni negative e sentimenti di disagio. Provare gioia significa provare più emozioni piacevoli che negative nel presente e guardando al passato.

Gioia è anche uno dei personaggi principali del famoso film Pixar "Inside Out": una figura felice e molto proattiva, il cui obiettivo principale è quello di rendere felice l'essere umano per cui lavora. Tuttavia, Gioia impara presto che le emozioni sono interconnesse e che il benessere spesso deriva dal superamento di altri sentimenti, come paure, tristezza e rabbia.

Dalla ricerca del progetto è emerso come un maggiore livello di felicità personale e di appagamento dell'individuo sia in effetti alla base del benessere, a conferma dei risultati di altre ricerche sullo stesso tema.

Alcuni studi hanno inoltre dimostrato che le emozioni positive sono correlate a un funzionamento più efficace del sistema immunitario, che probabilmente influenza la nostra capacità di combattere le malattie. In ambito lavorativo, questo può portare a una riduzione dell'assenteismo delle e dei dipendenti e dei giorni di malattia.

Indipendentemente dal motivo o dal modo in cui le emozioni positive portano a una migliore salute, l'associazione tra felicità e salute è forte e ben documentata.

Alcuni benefici del benessere mentale nell'ambito lavorativo sono:

¹ Nell'ambito del progetto JOY, il termine "gioia" comprende tutte le emozioni positive, quali gratitudine, contentezza, serenità, interesse, ammirazione, compassione, amore, speranza, orgoglio, divertimento.



- Minore burn-out.
- Migliori relazioni interpersonali e sociali.
- Migliore interazione con clienti, committenti e colleghe/i.
- Maggiore creatività e capacità di risolvere i problemi.
- Maggiore innovazione nelle prestazioni lavorative.
- Maggiore soddisfazione sul lavoro.
- Migliore gestione dello stress.

Secondo la teoria di Sonja Lyubomirsky, ognuno di noi ha due o tre aree più importanti che rappresentano una fonte di gioia personale e sulle quali bisognerebbe focalizzarsi per migliorare il proprio benessere. Ciò non toglie che è possibile sviluppare anche altre aree che contribuiscono al sentimento di gioia. Seligman ha identificato i cinque elementi principali del benessere: emozioni positive, impegno, relazioni, significato e risultati (PERMA):

- **Emozioni positive:** le emozioni positive non si riferiscono solo al senso di felicità nella vita di una persona, ma a un'attitudine generale a coltivare sentimenti come la speranza, l'interesse, l'amore, la compassione e la gratitudine. Ciò non significa che le emozioni negative debbano essere dimenticate o sopresse, ma che è possibile sviluppare una maggiore resilienza. Per coltivare le emozioni positive, è possibile ad esempio trascorrere del tempo con persone care, svolgere attività coinvolgenti o praticare la gratitudine.
- **Coinvolgimento:** una persona si sente coinvolta quando la sfida che deve affrontare e il suo livello di abilità sono elevati ed equilibrati. Secondo Seligman, sentirsi coinvolti significa anche vivere il momento ed essere consapevoli delle proprie sensazioni e sentimenti.
- **Relazioni:** avere relazioni positive con gli altri ci fa sentire supportati, amati e accettati. I rapporti umani sono fondamentali per essere felici: coltivare forti reti sociali favorisce una migliore salute fisica e mentale e una maggiore soddisfazione e gioia di vivere. In più, condividere la propria felicità con gli altri favorisce una relazione sana.
- **Significato:** le persone che attribuiscono un forte significato o scopo alla loro vita sono più soddisfatte e hanno una migliore condizione di salute. Ciò può accadere al livello professionale, sociale o spirituale. Avere uno scopo aiuta ad attenersi ai valori personali e a mantenere la concentrazione in caso di difficoltà.
- **Realizzazione:** soddisfare la propria motivazione intrinseca e raggiungere i propri obiettivi è molto più gratificante che soddisfare le aspettative esterne. Il denaro, la fama o il potere sono infatti molto meno benefici del raggiungimento dei propri obiettivi. La realizzazione personale comprende anche l'automotivazione, la

perseveranza e la passione per gli obiettivi e contribuisce al benessere perché consente di guardare alla propria vita con un senso di orgoglio.

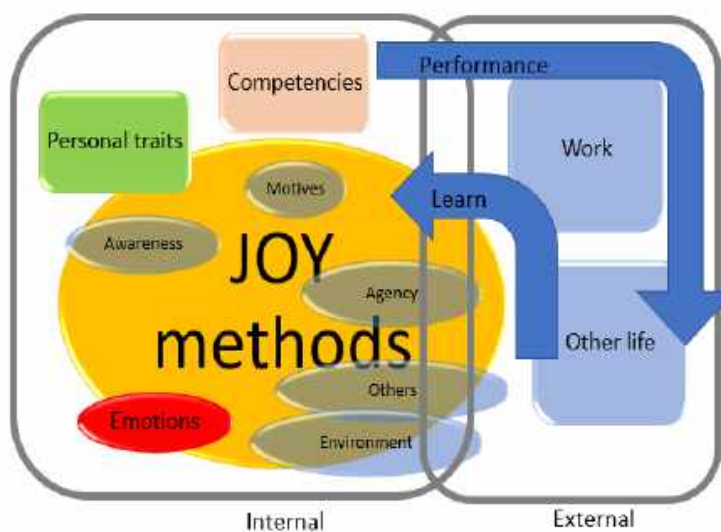
Dopo aver sperimentato in prima persona tutti gli elementi del modello PERMA, i partner del progetto JOY hanno voluto capire come l'utilizzo di approcci diversi nella formazione e nell'orientamento possa portare al benessere positivo, che è in effetti l'obiettivo finale comune. In particolare, i team di ricerca e le operatrici e gli operatori di quattro Paesi (Ungheria, Austria, Germania e Italia) si sono riuniti più volte per sperimentare diversi metodi, condividere le loro idee, imparare gli uni dagli altri e sviluppare dei modelli che potessero essere utilizzati anche da altre figure professionali del settore.

Il modello JOY mostra in che modo gli approcci utilizzati interagiscono con la personalità e lo sviluppo di una persona e con il suo ambiente esterno.

Il principale gruppo di riferimento è costituito da persone giovani non occupate e non in formazione; tuttavia, si ritiene che la guida possa essere utilizzata da chiunque lavori con il benessere personale. Per sviluppare questo modello e i relativi criteri, è stata condotta una ricerca sul campo e documentale più ampia incentrata principalmente sulle esigenze delle persone NEET (i risultati sono pubblicati in un documento separato).

1.2. Modello

Migliorare il benessere personale non è semplice. Ci sono infatti diversi fattori che influenzano il benessere di un individuo, legati tra loro da una complessa dinamica. Quando si lavora in questo ambito, inizialmente si tende a soffermarsi sulle singole parti; tuttavia, è necessario visualizzare l'intero quadro e trovare il fattore (o i fattori) su cui l'intervento educativo può avere il massimo impatto potenziale.



Le due aree principali sono quella "interna" e quella "esterna", ovvero la persona e l'ambiente. Sebbene le educatrici e gli educatori non possano avere un impatto diretto sull'ambiente, lavorando sui fattori individuali possono influire sulla parte interiore di un individuo.

Nel modello JOY, la dimensione esterna è costituita principalmente dal lavoro e da altre sfere di vita, o



dalla vita personale stessa. Perché menzionare il lavoro e non altre aree importanti, come la famiglia o gli hobby? L'obiettivo del modello è aumentare il livello di benessere in circostanze legate al lavoro, anche per prevenire il burn out. Il lavoro è infatti un fattore molto importante nella vita di ogni individuo, un ambito che di per sé non è una scelta: in quanto adulti, tutte e tutti noi abbiamo bisogno di lavorare.

Per alcune persone, l'area del lavoro e le altre sfere della vita si sovrappongono, ma per la maggior parte delle persone c'è una chiara distinzione. Molti ritengono infatti che il lavoro sia solo un "dovere", il che è un chiaro fattore di infelicità: trascorrere 40 o più ore alla settimana in un posto dove non vorremmo essere e facendo qualcosa che non ci piace può inficiare il benessere personale. D'altra parte, le persone NEET non hanno un lavoro regolare, ma devono fare i conti con il modo in cui si avvicinano al lavoro. Se si sentono competenti e sicuri di sé e hanno una valutazione realistica di sé, daranno una migliore impressione in un colloquio e potranno ottenere un lavoro migliore.

L'interfaccia fondamentale tra lavoro e vita interiore è l'area delle competenze, attraverso le quali presentiamo il nostro io interiore nel lavoro. Tuttavia, alcune di queste competenze, come quelle altamente funzionali (legate al lavoro) o le competenze metodologiche (la capacità di applicare conoscenze e metodi in qualsiasi contesto pratico) non vengono affrontate dal modello JOY.

Il focus del progetto sono le competenze personali e sociali. Le prime sono tratti e abilità che influenzano i risultati sul posto di lavoro e nella vita, come l'autodisciplina, la stabilità, la resistenza allo stress, l'integrità, l'autoriflessione, la creatività e l'autogestione; le seconde sono la capacità di gestire le interazioni sociali, l'empatia, la comprensione delle azioni degli altri e le capacità di comunicazione. Il modello JOY ha un impatto diretto sullo sviluppo di queste competenze attraverso l'esperienza.

Altre aree esterne della vita (famiglia, amici, hobby, apprendimento, casa, ecc.) possono avere un impatto ancora maggiore sulla nostra interiorità e sui nostri sentimenti. In base alla piramide di Maslow, i fattori ambientali (avere un riparo, cibo e riscaldamento) sono i bisogni fondamentali di un individuo e hanno un impatto molto chiaro sulle emozioni che proviamo. Ad esempio, se abbiamo freddo o fame, i nostri interessi e la nostra motivazione si paralizzano.

Tuttavia, appena sopra la sicurezza fisiologica e fisica, il terzo bisogno dell'esistenza nella piramide di Maslow è quello delle relazioni. Sebbene il bisogno di stima e di autorealizzazione si trovi al di sopra delle relazioni, si tratta di un bisogno di crescita. Le relazioni sono in parte esterne - come la persona con cui siamo in qualsiasi tipo di relazione -, e in parte interne, in quanto la relazione è la dinamica tra noi e gli altri, che è profondamente radicata nei nostri schemi interni di connessione e legame. Il modello si



rivolge direttamente a queste due aree, fornendo un ambiente sicuro dove poter lavorare con gli schemi relazionali. La dinamica principale che lega le aree esterne con quelle interne è la “performance”.

In questo contesto, è necessario fornire supporto per cambiare e migliorare i comportamenti disfunzionali appresi in passato.

L'area principale del metodo JOY è il mondo interno di una persona: tratti di personalità, emozioni, consapevolezza, motivazioni e agentività:

1. I **tratti della personalità** sono caratteristiche innate. Alcune persone sono più introversive, altre estroverse, alcune amano lavorare con i dettagli, altre no. Sebbene si evolvano e cambino leggermente nel corso della vita, queste caratteristiche non possono essere modificate dall'esterno. Può accadere, ad esempio, che una persona precedentemente estroversa diventi introversa a causa di un evento particolare; tuttavia, questo cambiamento si baserà in realtà su paure e non su una tendenza naturale e, quindi, la persona sarà portata a soffrirne.
2. Il ruolo delle **emozioni** nel processo di apprendimento e di performance è stato un argomento di crescente interesse per la ricerca negli ultimi 20 anni. In particolare, le neuroscienze si sono concentrate sulla relazione tra emozioni, apprendimento e risultati/prestazioni. Le emozioni sono profondamente radicate nel nostro essere somatico, sono collegate al nostro corpo funzionante (*embodied*) e si sono evolute per sostenere la vita e la riproduzione. È importante notare che la ricerca ha rivelato che le emozioni e la cognizione si sostengono l'un l'altra e sono quindi interdipendenti: non esiste azione che non sia basata sulle emozioni.

Tuttavia, a differenza dei tratti della personalità, le emozioni possono essere modificate abbastanza facilmente sia dall'interno che dall'esterno. Ad esempio, quando siamo stanchi o tristi, possiamo bere un caffè, abbracciare o ascoltare qualcuno, meditare o dormire per sentirci meglio. In sostanza, quando siamo consapevoli delle nostre emozioni, possiamo prenderci cura di noi stessi.

3. Se le emozioni sono innate, la **consapevolezza** di esse non lo è allo stesso modo. Impariamo a differenziarle e a riconoscerle dagli altri, soprattutto da chi si prende cura di noi nei primi anni di vita. Ciò avviene attraverso il processo di rispecchiamento, ovvero quando, ad esempio, un genitore dice al bambino "il mio bimbo ha fame" per aiutarlo a riconoscere questa sensazione. Tuttavia, se alcune emozioni vengono apprese in tenera età, altri sentimenti più complessi necessitano di una maggiore autoriflessione e autovalutazione che è possibile sviluppare nel corso del tempo.
4. La **motivazione**, ovvero l'insieme dei desideri che ci spingono a raggiungere ciò che vogliamo, è anch'essa un importante fattore legato all'apprendimento e al rendimento, che interagisce con le nostre emozioni, caratteristiche e competenze e, di solito, ci spinge verso qualcosa che ci rende felici. Questo sentimento è guidato dal desiderio di



gratificazione, un risultato positivo alla fine delle nostre azioni: più alto è il risultato positivo percepito, più forte è la motivazione. Nel corso della vita tendiamo a sviluppare motivazioni a lungo termine, che tuttavia non sono sufficienti per sentirsi soddisfatti. L'ideale è bilanciarle con motivazioni a breve termine.

5. L'**agentività** è la capacità di agire intenzionalmente e di avere un impatto sull'ambiente esterno. Per sentirsi in controllo, è necessario essere consapevoli dei propri sentimenti, motivazioni e tratti di personalità. Il livello di agentività personale non è lo stesso nel corso della vita. All'inizio, le e i bambini non hanno nemmeno il controllo dei propri movimenti; piano piano imparano a controllare il proprio corpo, poi i propri sentimenti e, infine, l'ambiente circostante.

1.3. Criteri

Ogni approccio del metodo JOY dovrebbe soddisfare i seguenti criteri:

- Centrato sulla persona: empatia, congruenza, considerazione positiva incondizionata.
- Lavoro in uno spazio sicuro (spazio transitorio): confini ben definiti, costruzione graduale della fiducia e sensazione di sicurezza.
- Basato sull'esperienza: l'approccio consente di sperimentare ed elaborare/valutare/riflettere sull'esperienza da una prospettiva personale, generalizzando l'apprendimento.
- Metodo di gruppo: la dimensione del gruppo dipende dal metodo. È possibile utilizzare i "cerchi" o i piccoli gruppi per la condivisione e l'autovalutazione.
- Risultati concreti: l'approccio implica l'applicazione della teoria all'ambiente esterno durante la valutazione, nonché pratiche da svolgere a casa e pianificazione basata sull'esperienza.
- Consapevolezza dello stato attuale: essere consapevoli del qui e ora; non giudicare; non reagire; osservare.
- Aumento del livello di agentività: l'approccio include esercizi incentrati sul corpo, sulla consapevolezza del corpo e sul livello incrementale di profondità.
- Validazione delle emozioni, sviluppo dell'intelligenza emotiva: l'approccio offre uno spazio d'incontro in cui esprimere, valutare e descrivere le emozioni senza giudicare; rispecchiamento/feedback; condivisione.
- Valutazione autonoma ed esterna: l'approccio promuove la valutazione nel tempo e nello spazio, i feedback, l'auto-riflessione personale scritta e la certificazione.
- Aiuta a creare e mantenere relazioni sane: attività di condivisione/di gruppo, discorso in prima persona, possibilità di astensione, gestione dei conflitti, stimolare le dinamiche interpersonali.



- Aiuta ad essere consapevoli dell'ambiente fisico, sia artificiale che naturale: spazio accogliente e rispettoso dell'ambiente.

1.4. Metodologie

Basate sulla ricerca e sull'esperienza personale delle operatrici e degli operatori, le metodologie JOY hanno l'obiettivo comune di far provare alle e ai partecipanti un senso di gioia, appagamento e crescita personale.

In particolare, sono stati identificati cinque approcci (ma è possibile integrare anche altri metodi in fasi successive):

- Tecniche narrative che permettono di sviluppare e rafforzare l'identità narrativa di una persona.
- Lavori di gruppo legati all'arte, che aumentano il senso della bellezza e della creatività.
- Tecniche basate sulla natura, che collegano il sé con la natura circostante e forniscono sensazioni di connessione e pace.
- Lavoro somatico e corporeo, che aiuta l'individuo a ristabilire la propria agentività corporea e il senso di sé.
- Tecniche teatrali, che danno spazio alla comprensione, al divertimento e alla riformulazione creativa delle situazioni.

Come si rapportano i metodi ai criteri JOY?

Criterio	Il metodo soddisfa i criteri? (Sì / No / Parzialmente)					
	TECNICHE E NARRATIVE	TECNICHE E TEATRALI	SOMATIC A	NATUR A	ARTE	VPL
Approccio incentrato sulla persona	Y	Y	Y	Y	Y	Y
Spazio sicuro (transitorio)	Y	Y	Y	Y	Y	Y
Basato sull'esperienza	Y	Y	Y	Y	Y	Y



Metodo di gruppo	Y	Y	Y	Y	Y	Y
Porta a risultati reali	P	Y	P	Y	Y	Y
Approccio consapevole dello stato attuale	Y	Y	Y	P	P	-
Porta a un crescente livello di agattività	Y	Y	Y	Y	Y	Y
Valorizzazione delle emozioni, sviluppo dell'intelligenza emotiva	Y	Y	Y	Y	Y	Y
Supporta la valutazione autonoma ed esterna	Y	Y	Y	Y	Y	Y
Aiuta a creare e mantenere relazioni sane	Y	Y	Y	Y	Y	Y
Aiuta ad essere consapevoli dell'ambiente fisico, sia artificiale che naturale	Y	Y	Y	Y	Y	Y

1.5. Valutazione dell'apprendimento pregresso (VPL)

La valutazione dell'apprendimento pregresso costituisce il ponte tra i risultati di apprendimento degli approcci socio-creativi e quelli dei sistemi di riconoscimento formale. Si tratta di un processo ad hoc di 1) identificazione, 2) documentazione, 3) valutazione e 4) certificazione dei risultati di apprendimento acquisiti nell'ambito di una precedente istruzione e formazione formale e/o di un apprendimento informale. Dà visibilità e valore a tutte le forme di apprendimento e le misura rispetto a uno standard europeo, nazionale e/o professionale. L'obiettivo è scoprire e "sbloccare" i talenti latenti nella forza lavoro e nella società. Le linee guida europee per la validazione



dell'apprendimento non formale e informale (Cedefop) sono all'avanguardia nell'implementazione della VPL in Europa.

La politica, l'istruzione e il mercato del lavoro richiedono principalmente una valutazione sommativa, ovvero certificazioni, diplomi o titoli di studio superiori. Inoltre, almeno il 40% delle persone adulte di età compresa tra i 21 e i 35 anni dovrebbe aver completato gli studi di terzo livello. Per questi motivi, la maggior parte delle persone NEET e altri gruppi di riferimento sentono una pressione elevata.

La **valutazione** dal basso verso l'alto utilizza standard/sistemi più incentrati sulla persona:

- Standard personale, guidato da tratti della personalità, emozioni e motivazioni.
- Standard sociali, come la famiglia, gli amici, i colleghi di lavoro.
- Standard organizzativi, come volontariato, hobby.

La vita quotidiana, l'apprendimento e lo sviluppo personale si basano su un insieme di norme personali e sociali. Se questi standard non vengono affrontati e soddisfatti, aumenta lo squilibrio nella vita e anche la possibilità di malattie, scarso rendimento ed errori.

Il processo di valutazione può essere di diversi tipi:

- Come verifica di ingresso per la formazione.
- Durante la formazione, per seguire il processo di sviluppo e fornire feedback, feedforward di feed-up.
- Dopo la formazione, per valutare la comprensione della o del discente, in genere rispetto a criteri standardizzati (risultati dell'apprendimento, competenze, qualifiche).
- Nel corso della vita, per effettuare una continua autovalutazione rispetto agli standard propri o sociali di una persona.
- Con obiettivi diversi: diagnostici, formativi e sommativi.

Il metodo JOY offre più spazio all'unicità di una persona, ai tratti della personalità, alle emozioni, alla motivazione, al riconoscimento informale di sé e della società e al potere della diversità nell'apprendimento e nella valorizzazione dei risultati. Ciò consente di rispondere alle esigenze sia dell'individuo (ad esempio, ridurre lo stress, aumentare la resilienza) che dei datori di lavoro (trovare una o un dipendente altamente motivato, pratico e in grado di apprendere, piuttosto che una persona certificata e con conoscenze teoriche).

I risultati del monitoraggio mostrano la scarsa efficacia della VPL formale e l'enorme mercato del lavoro nero: le persone sono oggi più interessate all'autovalutazione, all'autostima, al sostegno e al miglioramento del loro apprendimento informale e ad altri



modi di riconoscimento (networking). Un secondo aspetto importante riguarda i posti di lavoro che ci si può aspettare nel prossimo futuro: secondo i risultati di una ricerca condotta dall'Institute for The Future per DELL Technologies, si prevede che l'85% dei lavori che esisteranno nel 2030 non sono ancora stati inventati. Un terzo aspetto è il processo di ricerca e ottenimento di un lavoro: un'indagine su LinkedIn ha mostrato che l'85% dei posti di lavoro si ottiene facendo rete. Le abilità più importanti a tal fine sono il networking, il mantenimento delle connessioni, la presentazione, il contatto, l'informazione e la socializzazione.

L'approccio JOY collega i processi di valutazione informali con il sistema VPL, dove l'individuo diventa il leader del processo di valutazione e ha il pieno controllo del proprio sviluppo.

1.6. Conclusioni

Dalle ricerche svolte in precedenza e dal feedback delle operatrici e degli operatori giovanili, è emerso che molte persone giovani non hanno ben chiari la loro personalità e il loro posto nella vita, soffrono di tristezza, stanchezza, mancanza di slancio e motivazione, disinteresse per gli hobby e gli amici, paura e senso di vuoto interiore. A ciò si aggiunge la pressione derivante dalle circostanze esterne, come la rapidità dei cambiamenti nella società, l'ansia da prestazione, il ruolo decrescente delle strutture familiari e la digitalizzazione dei contatti sociali.

Allo stesso tempo, negli ultimi 20 anni la psicologia positiva ha suscitato un crescente interesse nella ricerca; ad esempio, le neuroscienze si concentrano sulla relazione tra emozioni, apprendimento e risultati. È importante notare che le emozioni e la cognizione si sostengono a vicenda e sono quindi interdipendenti, il che indica che, anziché interferire con l'apprendimento, le emozioni sono fondamentali in ambito educativo.

La ricerca ha identificato i seguenti fattori correlati ai risultati in termini di benessere e prestazioni lavorative:

- **Fattori esterni:** lavoro e altri ambiti di vita, ambiente fisico, relazioni personali.
- **Fattori interni:** tratti di personalità, emozioni, consapevolezza delle emozioni, agentività, motivazioni, competenze.

Il modello JOY è descritto in modo più dettagliato nelle relative linee guida. Poiché non è possibile trasformare l'intero ambiente sociale delle e dei giovani, è necessario agire a livello personale. Per questo motivo, il modello utilizza diverse pratiche che coinvolgono e motivano le persone, incentrate sulla crescita e sull'apprendimento.

Sulla base di tutti questi risultati, si è concluso che gli approcci JOY:



- Basano la pedagogia sulla visione di Rogers, secondo cui un ambiente positivo favorisce la crescita dell'individuo.
- Sono applicati in uno "spazio transitorio", un ambiente sicuro.
- Si basano sull'esperienza e sono utilizzati in gruppo.
- Portano a risultati di apprendimento che vengono testati e utilizzati nella vita reale.
- Si concentrano sullo stato attuale e sulla consapevolezza delle persone (approccio di mindfulness).
- Aumentano il livello di agentività, ovvero la sensazione di controllo personale sulla propria vita, e l'empowerment.
- Riconoscono le emozioni, le convalidano e migliorano l'intelligenza emotiva.
- Supportano l'autovalutazione, il feedback esterno e l'autoriflessione (attraverso attività pertinenti).
- Aiutano a creare e mantenere relazioni sane.
- Aiutano a essere consapevoli dell'ambiente fisico, sia artificiale che naturale.

Sulla base di questi risultati, sono stati sviluppati i criteri e le linee guida per la pratica JOY.

2. Attività

Le attività includono diversi esercizi e strumenti specifici (esercizi preparatori, teatro, narrazione, lavoro con la natura, lavoro corporeo, lavoro sui simboli, valutazione dal basso verso l'alto dell'apprendimento precedente) che mirano a migliorare l'esperienza delle emozioni positive. Le attività sono state ideate, riviste e testate dal partenariato del progetto in due diverse esperienze di formazione e sono ora disponibili per chiunque desideri condurle.

In questo pratico strumento online, ogni metodo include circa 5-6 attività, per le quali sono indicati:

- Obiettivo generale.
- Breve descrizione, background, introduzione, consigli per il corpo formativo.
- Obiettivo specifico.
- Gruppo di riferimento suggerito.
- Materiali.
- Durata.
- Procedura/fasi.
- Valutazione/dibattito finale.
- Fonti.



Per ogni approccio è stato inoltre realizzato un video introduttivo che descrive i punti salienti attraverso immagini e suoni. Infine, è stato prodotto anche un set di schede che contengono una versione ridotta delle attività, che possono essere stampate e utilizzate durante le sessioni di formazione.

3. Manuale

Il manuale è uno strumento di approfondimento del metodo JOY. Include un insieme di discipline incentrate sulla fornitura di strumenti per aiutare le persone NEET a riscoprire sé stesse e trovare la giusta motivazione per intraprendere un percorso formativo o professionale. Alcune delle discipline utilizzate sono la narrazione, la danza, la somatica, il lavoro con la natura e l'arte.

Intervistando esperte ed esperti in diversi settori, i partner del progetto hanno indagato il ruolo delle metodologie utilizzate nell'attivazione delle emozioni positive. Ogni partner ha intervistato una o un professionista specializzato in una delle discipline citate, soffermandosi sul modo in cui ognuna di esse supporta le emozioni positive e valorizza le conoscenze pregresse.

Attraverso le interviste, il manuale dimostra l'importanza di utilizzare un metodo combinato, capace di riunire approcci diversi che mirano tutti al benessere dell'individuo. Dalle interviste emerge come questi metodi siano strettamente correlati tra loro e possano essere facilmente utilizzati per indagare i propri desideri più profondi. Riscoprire sé stessi, prestare attenzione ai propri sentimenti inespressi e ammettere i propri limiti e le proprie capacità migliora l'autostima, rafforza l'immagine di sé e permette di affrontare la vita con una forza e una gioia diverse. La danza, la narrazione, il contatto con la natura, la creatività e l'improvvisazione sono tutti elementi di un grande meccanismo di autoesplorazione che, se unito alla valorizzazione dell'apprendimento non formale, porta l'individuo a sentirsi nuovamente in grado di vivere esperienze diverse, e non più bloccato da un senso di incapacità e frustrazione.

I metodi presentati sono tutti da considerare come parte di uno stesso percorso, di cui non si conosce la fine, ma che è sicuramente ricco di avventure e scoperte, e a cui bisogna dare una possibilità.

Per quanto riguarda le interviste, Rogers ha redatto l'articolo sul lavoro con la natura; GeSoB ha intervistato un professionista della danza; Astoria ha intervistato un attore; CSC Danilo Dolci ha esplorato le caratteristiche positive della narrazione intervistando un esperto in materia; infine, UWEZO ha redatto l'articolo sull'arte.

Il manuale si conclude con un articolo sull'importanza del metodo VPL e della valutazione dell'apprendimento pregresso come punto di partenza nel contesto del lavoro con le persone NEET, ma anche in ambito educativo in generale. L'articolo mira a sottolineare



che anche ciò che è stato appreso non necessariamente nell'ambito dell'istruzione formale può essere estremamente utile alla persona e può facilitare il suo inserimento in vari tipi di ambienti di lavoro.

Il manuale aiuta ad approfondire e a chiarire i dubbi sugli approcci del metodo JOY e sul fatto che esso è un'opportunità di arricchimento e crescita personale. Inoltre, approfondisce le metodologie socio-creative con esercizi pratici, disponibili sul sito del progetto (www.joy-experience.eu). Per ulteriori contenuti teorici sulle metodologie, è possibile consultare il Modello JOY, anch'esso disponibile nelle risorse educative gratuite. Buona lettura!

4. Programma di base e programmi alternativi dei partner

4.1 Introduzione

Lo storytelling e le tecniche narrative si riferiscono all'arte di raccontare pensieri, sentimenti ed esperienze attraverso un processo di identificazione.

Come metodo terapeutico, può basarsi sull'uso delle arti creative ed essere applicato a individui, coppie, famiglie e gruppi. Come metodo di insegnamento, consente il pieno coinvolgimento delle classi e la riattivazione a livello corporeo, mentale ed emotivo.

L'approccio somatico è basato sul soma, ovvero "il corpo percepito dall'interno". Il lavoro corporeo si riferisce in generale a tutte le tecniche basate sull'uso del corpo, secondo l'idea che le emozioni non si manifestano nella mente, ma nel sé somatico.

L'arte è l'espressione o l'esercizio dell'abilità creativa e dell'immaginazione umana, di solito in una forma visiva come la pittura o la scultura, che porta alla realizzazione di opere apprezzate principalmente per la loro bellezza (estetica) o per il potere emotivo.



4.2 Breve descrizione del programma

Nel secondo anno del progetto, è stata condotta una formazione sperimentale per il corpo formativo della durata di una settimana, basata sulle esperienze della prima formazione e sul feedback delle parti interessate.

Le attività sono state organizzate in modo tale da introdurre le e i partecipanti a un viaggio alla scoperta di sé che parte dall'individuo per arrivare alla dimensione collettiva. La prima attività è infatti un dialogo con il sé; la seconda è un tentativo di condivisione del sé con il mondo esterno; la terza è un confronto e una costruzione di senso con l'alterità; la quarta attività può essere considerata una sintesi delle prime tre. L'obiettivo è quello di accompagnare le e i partecipanti in un processo graduale, secondo l'idea che la conoscenza e il confronto con gli altri sono possibili solo se prima ci impegniamo a scoprire noi stessi.

Alla fine di ogni giornata di formazione, le operatrici e gli operatori hanno condotto una valutazione e hanno collegato i risultati dell'apprendimento di cinque metodologie (narrativa, somatica, teatro, arte e natura) al processo di riconoscimento, descrizione e attivazione delle competenze acquisite:

1. "Conoscere sé stessi e gli altri"
2. "Sono orgogliosa/o di..." (descrivere una situazione, utilizzando il metodo STAR)
3. "Linea della vita"
4. "Riflessione e autopromozione" + "Piano d'azione personale e autogestione sostenibile"

4.3 Formazione sperimentale del corpo formativo: calendario

Fascia oraria	LUNEDÌ	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDÌ	VENERDI'
09.00	-	Cerchio di apertura	Cerchio di apertura	Cerchio di apertura	Cerchio di apertura
09.15-10.45	-	Sezione 4 - STORYTELLING <i>"Scoprire il sé attraverso la narrazione: dalla consapevolezza individuale a quella collettiva".</i>	Sezione 8 - SOMATICA/BODYWORK <i>"Vivi il tuo corpo"</i>	Sezione 9b - NATURA <i>"Provare il sentimento di gioia attraverso le preziose risorse della natura e migliorando sé stessi"</i>	13. Sezione - RIFLESSIONE <i>Riflessione sui criteri del modello JOY e sul loro legame con le attività</i>
10.45	-	BREAK	BREAK	BREAK	BREAK
11.00-12.30	Sezione 1 - Introduzione	Sezione 5 - TEATRO <i>"Formazione vocale e padronanza del movimento"</i>	Sezione 8 - SOMATICA/BODYWORK <i>"Vivi il tuo corpo"</i>	Sezione 10 - ARTE <i>"LandArt" e "Piazza delle emozioni".</i>	14. Sezione - CHIUSURA <i>Valutazione e feedback sui materiali, cerchio di chiusura</i>
12.30	PRANZO	PRANZO	PRANZO	PRANZO	PRANZO
14.00-15.30	Sezione 2. - STORYTELLING <i>"Scoprire il sé attraverso la narrazione: dalla consapevolezza individuale a quella collettiva"</i>	Sezione 6 - TEATRO <i>"Laboratorio di improvvisazione teatrale sul tema della paura e dell'ansia"</i>	Preparazione collettiva di un pasto	Sezione 11 - NATURA <i>"Provare il sentimento di gioia attraverso le preziose risorse della natura e migliorando sé stessi"</i>	
15.30	BREAK	BREAK	BREAK	BREAK	
15.45-17.15	Sezione 3 - VPL <i>A: Sono orgogliosa/o di... (descrivere una situazione)</i>	Sezione 7 - VPL <i>"B - Linea della vita"</i>	Sezione 9a - NATURA Lavoro individuale - <i>Connessione con sé stessi nella foresta</i>	Sezione 12 - VPL <i>C - Riflessione e autopromozione</i> Individualmente: D - Piano d'azione personale e autogestione sostenibile	
17.15-17.30	Cerchio di chiusura	Cerchio di chiusura		Cerchio di chiusura	



Cofinanziato
dall'Unione europea



4.4 Programma alternativo

Il programma alternativo è un laboratorio di 16 ore sviluppato da tutti i partner, che mira a fare il punto su tutte le metodologie e gli approcci. Il programma è stato testato con l'aiuto di esperte ed esperti, il cui feedback è stato successivamente utilizzato per perfezionare i documenti finali. Grazie a questa esperienza, le e i partecipanti sono entrati in connessione con i propri sentimenti, con gli altri e con sé stessi attraverso emozioni positive, hanno avuto l'opportunità di auto-riflettere, valutare e dare feedback, il tutto in un ambiente sicuro. I criteri e gli approcci JOY sono stati ritenuti ugualmente applicabili dalle operatrici e dagli operatori di tutti i Paesi partner. La diversità e la varietà dei metodi hanno rappresentato un particolare punto di forza per le e i partecipanti. Ogni partner ha sviluppato uno o più programmi alternativi (16 ore) e li ha testati con i propri gruppi di riferimento.

Titolo della formazione e	Emocean Scoprire sé stessi e connettersi con gli altri attraverso il teatro, il movimento e la natura	Viaggio alla scoperta di sé: dalla consapevolezza individuale a quella collettiva	EN-JOY! Connettersi a sé stessi e alla natura attraverso storie, movimento e condivisione personale	Il cammino della GIOIA! Scoprire la propria strada attraverso la natura, l'arte e le tecniche teatrali	EVOLVERE IN ARMONIA CON GIOIA
Paese/Partner	UNG / Astoria	IT / CSC	AT / GeSoB	UNG / Rogers	GER / UWEZO
Attività principali	<ul style="list-style-type: none"> - Occhiali rosa - Passeggiata nello spazio - Lettera a sé stessi - Mandala della natura - Formazione linguistica - Improvvisazione teatrale basata sulle emozioni - Valutazione con simboli - Cosa mi piace di te - Quadrato delle emozioni - Incontro con un albero 	<ul style="list-style-type: none"> - Albero delle aspettative - Lettera a sé stessi (S) - A caccia di ricordi (S) - Mindfulness: esercizio dei 5 sensi con l'arancia (D) - I miei Arcani Maggiori (S) - Marionette (B+T) - Esercizio di rilassamento Jacobson (D) 	<ul style="list-style-type: none"> - Spazio sicuro - Conoscersi (VPL) - Introduzione con simboli (T) - Albero delle aspettative - Lettera a sé stessi (S) - Sono orgogliosa/o di... (VPL) - Attivazione dei sensi (N) - Incontro con un albero (N) 	<ul style="list-style-type: none"> - Introduzione con simboli (T) - Spazio sicuro (B) - A caccia di ricordi - Mindfulness: mangiare l'arancia (D) - Linea della vita (VPL) - Trovare la propria voce naturale (N) - Incontro con un albero (N) 	<ul style="list-style-type: none"> - Albero delle aspettative - Lettera a sé stessi (S) - Passeggiata nello spazio - Albero delle aspettative - Esercizio di sussurro - Sono orgogliosa/o di... (VPL) - Riconoscere i propri sentimenti (D) - Maglietta (S+A) - La mia dichiarazione - Seguire il percorso (N)



	<ul style="list-style-type: none"> - Linea della vita (VPL) - Riflessione e feedback 	<ul style="list-style-type: none"> - Incontro con un albero (N) - Diventare natura (N) - LandArt (A+N) - Quadrato delle emozioni (D) - Linea della vita (VPL) 	<ul style="list-style-type: none"> - Diventare natura (N) - LandArt (A+N) - Sentirsi in movimento (B) - Mandala della natura (N) - Ragnatela 	<ul style="list-style-type: none"> - Diventare natura (N) - Percorso di 4 elementi - Lettera a sé stessi - Mandala della natura (N) - Ragnatela 	<ul style="list-style-type: none"> - Linea della vita (VPL) - Quadrato delle emozioni (D) - Carte – storia – chi sono io - Esercizi di reazione e autoespressione (D) - Sistemi di valori e promozione di sé (VPL) - Piano d'azione personale (VPL)
--	--	--	---	--	---

Altre attività:

- Attività introduttive
- Giochi di apprendimento dei nomi
- Principe, principessa, drago
- Geometria dello spazio e punti
- Attività rompighiaccio
- Creare luoghi sicuri
- Creatività e musica
- Feedback
- Riflessione
- Cerchio di chiusura



5. Risultati dell'apprendimento

I risultati attesi per le e i partecipanti sono:

Consapevolezza

- Migliorare l'autoconsapevolezza e l'autoriflessione.
- Essere consapevoli delle emozioni (paura, ansia).
- Migliorare le capacità narrative e simboliche.
- Riconciliarsi con i momenti passati.
- Immaginare il futuro; concentrarsi sulla positività.
- Essere consapevoli delle proprie qualità e possibilità.

Interiorità

- Connettersi con le emozioni.
- Migliorare l'autostima.
- Aumentare l'apprezzamento di sé.
- Aumentare la capacità di rilasciare e annullare lo stress.

Valutazione

- Scoprire ed evidenziare le qualità e le competenze personali.
- Riflettere su come dimostrare o presentare le proprie qualità.
- Connettersi con le emozioni.
- Riflettere sui momenti importanti della vita e scoprire le qualità, le emozioni e le condizioni correlate.
- Avere una visione integrale della propria vita.
- Essere in grado di utilizzare le proprie competenze, emozioni, caratteristiche personali, motivazioni e intuizioni per gestire il proprio percorso lavorativo e personale.
- Processo di valutazione:
 - Fase 1: conoscenza e consapevolezza.
 - Intervistare una persona.
 - Presentare questa persona al gruppo.
 - Fase 2: sono orgogliosa/o di... (descrivere una situazione)
 - Scoprire ed evidenziare le qualità e le competenze personali.
 - Riflettere su come dimostrare o presentare le proprie qualità.
 - Connettersi con le emozioni.



- Analisi e descrizione sistematica degli eventi della vita.
- Fase 3: Linea della vita
 - Avere una visione integrale della propria vita.
 - Riflettere sui momenti importanti della propria vita e scoprire le relative qualità, emozioni e condizioni.
 - Analizzare i cambiamenti avvenuti nella propria vita.
- Fase 4: riflessione e autopromozione
 - Mostrarsi agli altri e autopromuoversi.
- Fase 5: piano d'azione personale + autogestione sostenibile delle competenze
 - Avere consapevolezza delle proprie qualità e possibilità.
 - Sfruttare le competenze, le emozioni, i tratti personali, le motivazioni e le intuizioni per gestire il proprio percorso lavorativo e personale.
 - Pianificare gli step del piano d'azione.

Emotività

- Essere più capaci di cambiare i propri sentimenti ed emozioni.
- Essere in grado di ritrovare la calma.
- Reagire e rispondere rapidamente alle emozioni.
- Concentrarsi sui propri sentimenti, sugli altri e sulle energie della natura.

Azione e reazione

- Prevenire la negatività.
- Trovare un equilibrio tra aspetti positivi e negativi.
- Sviluppare l'immaginazione.
- Sviluppare l'introspezione.
- Riflettere su come dimostrare o presentare le proprie qualità.
- Usare le risorse naturali con rispetto per scopi creativi.

Socialità

- Sentirsi in sintonia e in connessione con gli altri.
- Connettersi con sé stessi e con l'ambiente circostante.
- Diventare più aperti e consapevoli nella vita quotidiana.
- Sperimentare un processo di progettazione libero, lasciarsi andare e provare emozioni positive.

Tecniche:

- Abilità nelle tecniche vocali e corporee.



- Imparare a creare ed elaborare storie con gli altri per scoprire e mettere in luce qualità e competenze personali.
- Sintonizzarsi con il proprio corpo e aumentare la consapevolezza corporea.
- Comprendere e percepire lo spazio.
- Conoscere gli approcci somatici nelle arti performative e nell'autosviluppo.
- Valorizzare le risorse naturali.
- Comprendere i sentimenti e il linguaggio del corpo propri e altrui.
- Imparare a essere parte attiva di un gruppo.
- Imparare a dissimulare.
- Analizzare i cambiamenti avvenuti nella propria vita.

LISTA DI CONTROLLO per il programma alternativo:

La formazione Ode-to-Joy...	Sì/No
... migliora l'autoconsapevolezza e l'autoriflessione?	
... migliora le capacità narrative e simboliche?	
... aiuta a riconciliarsi con i momenti passati?	
... aiuta a immaginare il futuro?	
... si concentra sulla positività?	
... contrasta la negatività?	
... aiuta a trovare un equilibrio tra aspetti positivi e negativi?	
... aumenta l'autostima?	
... sviluppa l'immaginazione?	
... sviluppa l'introspezione?	
... aiuta a imparare a creare ed elaborare storie con gli altri?	
... migliora la capacità di concentrazione?	
... insegna a sentirsi più a proprio agio con il proprio corpo e con quello degli altri?	
... rafforza le capacità di parlare in pubblico?	
... crea un dialogo con lo spazio circostante e lo riconosce come un luogo accogliente?	



2. Risultati e conclusioni

Le persone che provano gioia sono più motivate ad agire e a partecipare, hanno molte meno probabilità di andare in burnout, godono di una salute mentale e fisica migliore e sono più resistenti alle emozioni spiacevoli.

La fusione di metodi basati sull'esperienza, come la narrazione, la somatica, il teatro, la natura e l'arte, aiuta le persone NEET a riconnettersi con il proprio corpo e la propria mente, aumentando la loro capacità di sperimentare la gioia e la connessione. Attraverso questa esperienza, sviluppano un maggiore senso di sintonia e gioia, orgoglio, soddisfazione e stima.

Inoltre, la combinazione delle attività socio-creative con la valutazione dell'apprendimento pregresso aiuta a collegare e migliorare le prestazioni negli ambienti di lavoro e di vita, come il successo, la qualità, la creatività, l'accettazione, la flessibilità e il collegamento ai sistemi di qualificazione (EQF/NVQ) e ai metodi formali VPL.

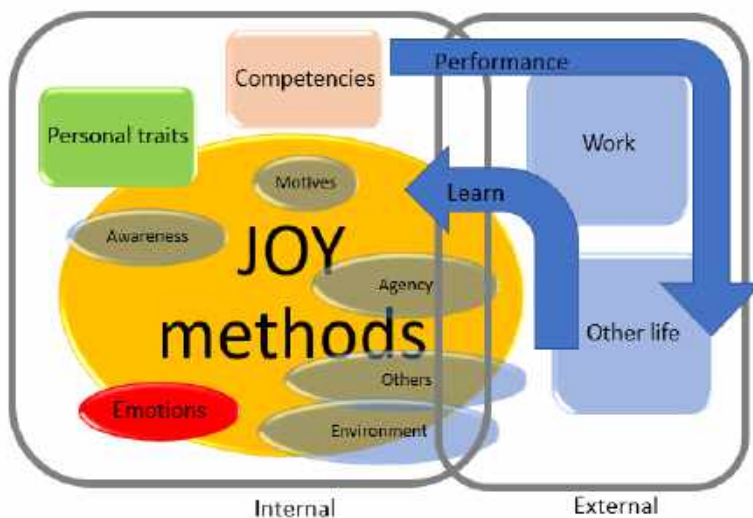
Gli obiettivi del progetto Ode to Joy erano i seguenti:

- Fornire alle educatrici e agli educatori gli strumenti per sostenere le classi di adulti nella crescita personale attraverso una maggiore consapevolezza, motivazione ed emozioni positive.
- Promuovere la connessione tra giovani NEET, il settore dell'occupazione e gli ambienti di apprendimento formale e informale.
- Fornire linee guida comuni per l'attuazione del modello e dell'approccio del progetto.
- Fornire raccomandazioni alle e ai responsabili politici per integrare il modello e il processo nelle politiche attive del mercato del lavoro.

2.1. Modello

Durante la fase di ricerca, sono state descritte le seguenti due aree principali relative ai risultati in termini di benessere e prestazioni lavorative:

1. Fattori esterni: lavoro e altri ambiti di vita, ambiente fisico, relazioni personali.
2. Fattori interni: tratti di personalità, emozioni, intelligenza emotiva, agentività, motivazioni, competenze.



Sebbene le educatrici e gli educatori non possano avere un impatto diretto sull'ambiente, lavorando sui fattori individuali possono influire sulla parte interiore di un individuo.

L'interfaccia fondamentale tra lavoro e vita interiore è l'area delle competenze, attraverso le quali presentiamo il nostro io interiore nel lavoro. Tuttavia,

alcune di queste competenze, come quelle altamente funzionali (legate al lavoro) o le competenze metodologiche (la capacità di applicare conoscenze e metodi in qualsiasi contesto pratico) non vengono affrontate dal modello JOY.

Il focus del modello è il mondo interiore dell'individuo: tratti di personalità, emozioni, consapevolezza, motivazioni (personali) e agentività.

Le competenze personali sono caratteristiche e abilità che influenzano i nostri risultati sul posto di lavoro e nella vita, come l'autodisciplina, la stabilità, la resistenza allo stress, l'integrità, l'auto-riflessione, la creatività, la collaborazione, la capacità di risolvere i problemi e l'autogestione. Le competenze sociali sono la capacità di gestire le interazioni sociali, l'empatia, la comprensione delle azioni degli altri e la capacità di comunicazione. L'approccio JOY ha un impatto diretto sullo sviluppo di queste competenze attraverso l'esperienza grazie alla combinazione di emozioni positive.

Nel modello JOY, la dimensione esterna è costituita principalmente dal lavoro e da altre sfere di vita, o dalla vita personale stessa. Perché menzionare il lavoro e non altre aree importanti, come la famiglia o gli hobby? L'obiettivo del modello è aumentare il livello di benessere in circostanze legate al lavoro, anche per prevenire il burn out.



La dinamica principale che lega le aree esterne con quelle interne è la “performance”.

In questo contesto, è necessario fornire supporto per cambiare e migliorare i comportamenti disfunzionali appresi in passato.

Le aree principali del metodo JOY sono:

1. Tratti della personalità
2. Emozioni
3. Consapevolezza
4. Motivazioni (personali)
5. Agentività

Punti di forza del modello e dell'approccio Joy

Base sicura

L'approccio e gli strumenti JOY conferiscono alle e ai partecipanti un senso di sicurezza, accettazione e apprezzamento. Le attività sono non giudicanti, allegre e positive e sono state svolte in un ambiente sicuro, in cui il gruppo ha potuto esprimersi senza paura e nel rispetto degli altri.

Le tecniche e le attività seguono i principi della psicologia rogersiana; ad esempio, gli esercizi incentrati sulla persona sottolineano l'importanza dell'empatia dal punto di vista della o del facilitatore. Le emozioni positive sono alla base dell'intero modello.

Funzione

Le attività aiutano le e i partecipanti ad affrontare le loro emozioni, connettersi con i tratti della loro personalità, attribuire un significato alla loro esistenza, uscire da una spirale negativa e prevenire la depressione e altri problemi di salute mentale. Supportano efficacemente l'autovalutazione e aumentano l'autostima. Ad esempio, gli esercizi somatici favoriscono il rilassamento e migliorano l'efficacia dell'apprendimento.

Il metodo JOY può essere adattato a un'ampia gamma di individui con personalità diverse e in situazioni diverse.

Procedura:

1. Creare un ambiente sicuro.
2. Utilizzare una combinazione di metodi (narrazione, somatica, teatro, natura, arte).
3. Creare una connessione tra i risultati dei diversi metodi.



4. Valutare l'apprendimento pregresso.
5. Pianificare lo sviluppo futuro.

Grazie all'uso di metodi differenti, le e i partecipanti hanno la possibilità di analizzare molteplici aspetti di sé stessi.

Inoltre, l'approccio può essere adattato e applicato in diversi contesti per via della sua forte base olistica e del team variegato di professioniste e professionisti.

Ogni partecipante può svolgere gli esercizi in modo indipendente, in base ai propri talenti, conoscenze, abilità ed esperienze di vita.

Valutazione dell'apprendimento pregresso (VPL)

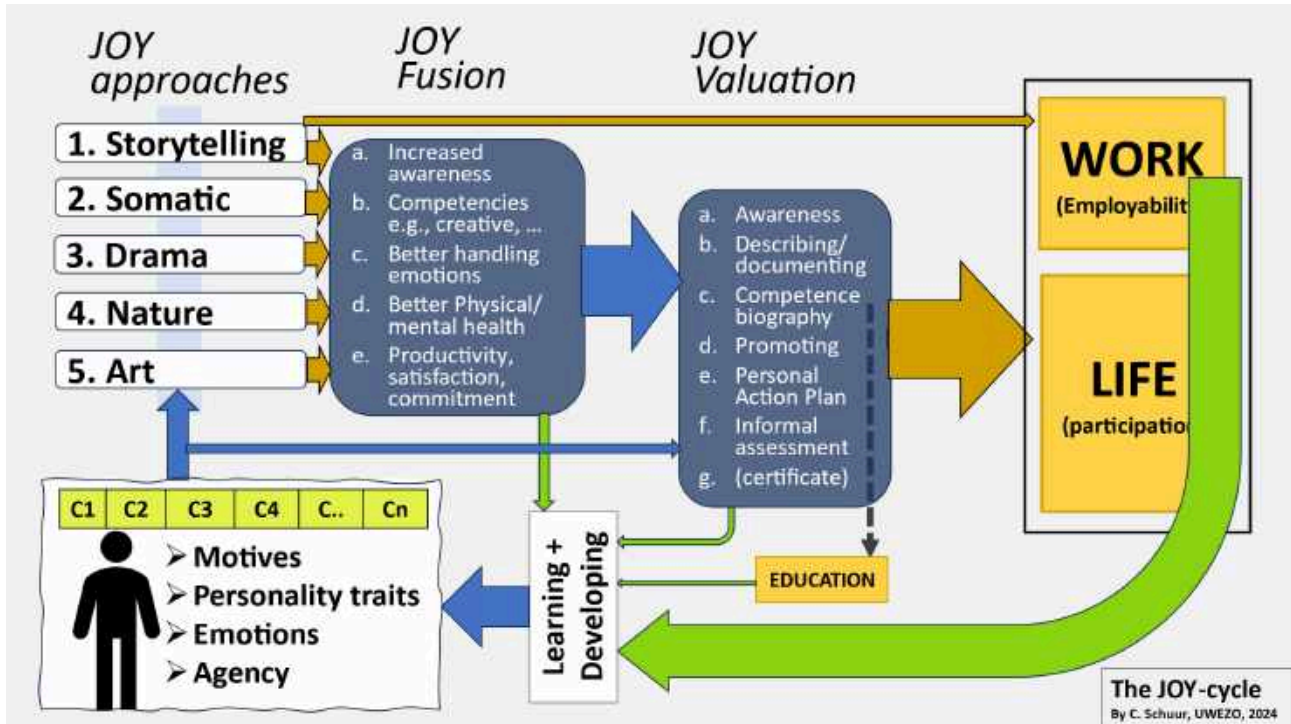
La VPL consente di collegare il mondo interiore di una persona con la valutazione da parte del mondo esterno e del mondo formale delle qualifiche e dell'istruzione.

Gli esercizi di VPL consentono alle e ai partecipanti di creare collegamenti, da soli e in gruppo, tra l'ambiente gioioso e sicuro degli approcci socio-creativi e le realtà della vita.

La VPL comprende 5 fasi:

1. Diventare più consapevoli delle proprie qualità e competenze.
2. Analizzare attività e situazioni specifiche e descrivere le competenze utilizzate e sviluppate.
3. Sviluppare un curriculum (portfolio)
4. Promuoversi.
5. Preparare un piano d'azione.

2.2. Processo



A. Combinazione di approcci socio-creativi

La combinazione dei metodi socio-creativi, quali storytelling, somatica, dramma, natura e arte, porta a:

- Maggiore consapevolezza
- Sviluppo (ulteriore) di competenze quali la creatività, la comunicazione, il lavoro di squadra, l'innovazione
- Migliore gestione e utilizzo delle emozioni
- Salute fisica e mentale
- Maggiore attenzione, soddisfazione e impegno, che a loro volta possono portare a una maggiore produttività e a un minor numero di errori.

B. Valutazione

Risultati delle attività socio-creative, combinati con caratteristiche personali, motivazioni, emozioni e agentività:



- Maggiore consapevolezza delle competenze legate al proprio ruolo nella società e nel lavoro.
- Analisi del processo di applicazione pratica delle competenze.
- Migliore capacità di dimostrare le proprie competenze ai datori di lavoro e negli ambienti sociali.
- Pianificazione del proprio sviluppo personale.

C. Apprendimento

Rendere visibile l'apprendimento continuo e il suo contributo allo sviluppo personale, attraverso:

- Apprendimento continuo informale e non formale nel lavoro e nella società.
- Attività socio-creative e valutazione delle proprie competenze.
- Messa a frutto dei propri talenti (competenze, tratti personali, motivazioni ed emozioni) in un progetto personale.

2.3. Gruppi di riferimento

Professioniste/i

Le e i professionisti coinvolti nel progetto erano assistenti sociali, consulenti, responsabili dell'orientamento, psicologhe e psicologi, formatrici e formatori e insegnanti, tutti specificatamente specializzati nel lavoro con le persone NEET. Durante la fase di sperimentazione, il corpo formativo e le e i professionisti hanno richiesto esplicitamente di apprendere e applicare diversi metodi per aumentare la loro consapevolezza, gestire le esperienze personali e (ri)costruire la propria vita e il proprio lavoro. Inoltre, hanno scoperto che potevano utilizzare elementi della formazione nel loro lavoro con singoli clienti e, oltre che con le persone NEET, anche con molti dei loro gruppi di riferimento (anziani, donne, disoccupati).

Per alcune attività specifiche, come il *bodywork* o il teatro delle marionette, è necessario che l'educatrice o l'educatore abbia almeno un'esperienza nei rispettivi ambiti o nella somatica/danza. Inoltre, dovrebbe avere una o un assistente che supporti le e i partecipanti in momenti di difficoltà.

Coinvolgimento delle persone NEET

Poiché le persone NEET hanno in genere personalità, background e bisogni diversi, la combinazione dei metodi nella formazione può essere facilmente adattata alle diverse



esigenze, richieste e possibilità dei singoli individui e del gruppo.

Le persone NEET dovrebbero essere incoraggiate a valorizzarsi e riflettere sulle loro esperienze in modo da integrarsi più facilmente in nuovi ambienti lavorativi o formativi, identificare i loro interessi e bisogni di apprendimento e comprendere le loro condizioni e le ragioni che li hanno portati allo status di NEET. Solo in questo modo possono comprendere la società di oggi e i suoi meccanismi e sentirsi prese in considerazione e motivate a migliorare la loro vita.

Il tentativo di riconciliare le persone NEET con il loro passato e la riscoperta delle loro qualità può portare a un maggiore coinvolgimento nel mondo del lavoro, favorendo la riduzione (almeno nei contesti locali) della disoccupazione giovanile.

L'utilizzo di una metodologia non formale invece di una formale (che spesso non produce i risultati attesi), che prenda in considerazione le situazioni e capacità individuali, può essere un buon modo per coinvolgere le persone NEET su scala più ampia.

L'approccio JOY è stato applicato, a titolo di prova, nella formazione di persone immigrate provenienti dall'Ucraina (18-25 anni). I risultati sono stati positivi: le e i partecipanti hanno cambiato atteggiamento, passando dal "dover partecipare a programmi e formazioni standard" al prendere l'iniziativa di identificare e creare opportunità. Aspetti inizialmente negativi, come le differenze culturali e individuali e i problemi linguistici, sono stati trasformati in cambiamenti e sfide positive, il che ha permesso loro di trovare più facilmente lavoro.

A causa delle differenze culturali e dei diversi background delle persone immigrate, sono necessarie un'attenta selezione dei metodi socio-creativi e la valorizzazione delle loro competenze. Queste persone devono infatti affrontare le loro recenti esperienze traumatiche, come la violenza, l'aggressione, l'abuso, la perdita di membri della famiglia e di amici, la paura per coloro che vivono ancora in Ucraina, lo stress del processo di immigrazione e la convivenza con molte altre persone (anche di altre culture) e/o aspettative sbagliate sulla vita e sul lavoro all'interno del Paese. Inoltre, le persone immigrate sperimentano la perdita della propria identità e del senso di familiarità, la mancanza di stabilità e una crescente incertezza.

Ulteriori ricerche dovrebbero mostrare l'impatto dei metodi socio-creativi, della VPL e dei programmi alternativi su grandi gruppi persone immigrate.

Altri gruppi a cui Joy può rivolgersi sono, ad esempio:

- Persone che soffrono di burnout e boreout



- Persone in cerca di un nuovo futuro
- Persone insoddisfatte/soddisfatte del lavoro e della vita
- Studentesse e studenti (programma scolastico regolare)
- Giovani donne (50% delle persone NEET in Germania), in parte con figli
- Persone appartenenti a contesti sociali specifici
- Persone con bassi livelli di istruzione
- Persone immigrate con esperienze in altre culture
- Persone che hanno un lavoro irregolare (in nero)

2.4. Pratiche e attività

Le pratiche e le attività devono essere facilmente accessibili a diverse figure professionali (educatrici/educatori, psicologhe/psicologi, mediatrici/mediatori). Ogni professionista può scegliere le attività e i metodi che preferisce.

Dovrebbe inoltre esserci la possibilità di integrare nuove attività e strumenti, in modo che il metodo possa svilupparsi ulteriormente.

È importante che le e i partecipanti abbiano la possibilità di comunicare tra loro in un ambiente chiuso (ad es. gruppo WhatsApp) e di seguire un incontro di follow-up.

È inoltre possibile porre maggiore enfasi sulle competenze chiave (comunicazione, matematica/scienza/tecnologia, competenze digitali, apprendimento, competenze sociali/civiche, iniziativa/imprenditorialità, cultura, lavoro di squadra, risoluzione dei problemi, pianificazione, organizzazione, priorità). Le e i partecipanti potrebbero creare una scheda personale delle loro competenze e inserire anche i risultati di apprendimento della formazione, da utilizzare, ad esempio, nei colloqui di lavoro.



3. Valorizzazione e sostenibilità

3.1. Valorizzazione

La valorizzazione delle conoscenze è il processo di creazione di valore sociale ed economico: consiste nel collegare aree e settori diversi e trasformare i dati, il know-how e i risultati della ricerca in prodotti, servizi, soluzioni e politiche sostenibili basate sulla conoscenza, a beneficio della società.

Il metodo JOY migliora significativamente l'occupabilità e la partecipazione sociale delle persone NEET, promuovendo la loro fiducia e coltivando emozioni positive attraverso esperienze di apprendimento non formale mirate. Questo metodo è particolarmente efficace perché incorpora la componente vitale dell'interazione tra pari, consentendo alle e ai partecipanti di entrare in contatto con persone che vivono situazioni simili. Questo scambio tra pari non solo normalizza le esperienze personali, ma promuove anche un senso di comunità e di sostegno reciproco, che è fondamentale per la guarigione e la crescita emotiva.

Poiché qualsiasi cambiamento significativo nella vita, in particolare il reinserimento in attività educative o professionali, inizia con la stabilità emotiva, il metodo JOY dà la priorità alla sicurezza emotiva. Il progetto è quindi concepito per affrontare e rafforzare innanzitutto la resilienza emotiva delle e dei partecipanti, i quali hanno la possibilità di esplorare e perseguire con fiducia i propri interessi e obiettivi professionali.

Il progetto Ode-to-Joy ha creato e sperimentato con successo programmi di studio alternativi, collegando diversi tipi di approcci socio-creativi (narrazione, somatica, teatro/danza, natura e arte). Il gruppo di riferimento era costituito da figure professionali specializzate nel lavoro con le persone NEET. La combinazione delle attività di diversi approcci 1) ha aumentato la consapevolezza delle competenze, b) ha stimolato le abilità creative, innovative, comunicative, collaborative, di rete e culturali, considerate essenziali per il successo nella società e nell'ambiente di lavoro in rapida evoluzione.

In secondo luogo, il progetto Ode-to-Joy ha integrato gli approcci socio-creativi con la valutazione dell'apprendimento pregresso. Quest'ultima svolge un ruolo fondamentale nei processi di valutazione dinamici in corso, incentrati sulle esigenze del lavoro e della vita nella società 5.0 e nell'industria 5.0 e sull'influenza dell'intelligenza artificiale e della robotica. La valutazione è un passo importante verso la validazione (riconoscimento formale). Il Cedefop (2023) ha dichiarato che, nonostante gli sforzi politici dell'UE e



nazionali, le opportunità di validazione dell'apprendimento non formale e informale sono attualmente ancora carenti.

Durante la formazione, le e i partecipanti hanno appreso i quattro diversi standard di valutazione dal punto di vista della persona (personale, sociale, organizzativo e formale) e hanno imparato a descrivere una situazione di vita/lavoro, a mettere a frutto le loro competenze, a promuoversi e a sviluppare un piano d'azione personale per il loro impiego/partecipazione alla società. Le e i partecipanti hanno inoltre acquisito una maggiore consapevolezza delle proprie competenze, un aumento dell'autostima, una migliore comprensione delle emozioni positive (orgoglio, soddisfazione, stima, fiducia, speranza, interesse, gratitudine, eccitazione, gioia) e dei metodi per affrontare le competenze negative.

I metodi e gli esercizi rimangono online a disposizione delle figure professionali interessate (educatrici/educatori, operatrici/operatori giovanili, psicologhe/psicologi, mediatrici/mediatori).

L'approccio JOY pone l'accento sulle competenze chiave richieste nel XXI secolo: comunicazione, matematica/scienza/tecnologia, competenze digitali, apprendimento, competenze sociali/civiche, iniziativa/imprenditorialità, cultura, lavoro di squadra, risoluzione dei problemi, pianificazione, organizzazione, priorità.

3.2. Sostenibilità

La formazione ha portato a risultati sostenibili per le e i partecipanti, principalmente sotto forma di una maggiore forza, autostima, riflessione e azione. Le prime prove, come quella con le e i formatori delle persone immigrate dell'Ucraina, hanno dimostrato il potere della formazione Joy nello sviluppo dell'autoconsapevolezza, dell'autostima e della consapevolezza nei confronti delle competenze. Inoltre, le e i partecipanti hanno imparato a comprendere la cultura dell'occupazione e della partecipazione nel loro nuovo ambiente e, soprattutto, attraverso le attività a coppie e i giochi di ruolo, hanno imparato a chiarire i loro bisogni e desideri e il loro piano di sviluppo.

Gruppi di riferimento

La formazione ha aperto gli occhi alla maggior parte delle figure professionali coinvolte, le quali hanno continuato a svolgere le attività anche al suo termine. È importante sottolineare che il metodo JOY può essere ulteriormente sviluppato (ad esempio attraverso la ricerca partecipativa), anche per rendere i risultati maggiormente basati sull'evidenza e per vedere gli effetti a lungo termine. A tale scopo, è fondamentale concentrarsi sulla



formazione di altre figure professionali all'interno delle organizzazioni partner in modo da diffondere ulteriormente questo approccio innovativo anche ad altri enti interessati.

Per avere risultati ancora più efficaci, la formazione dovrebbe preparare le e i partecipanti al loro futuro status di "non-NEET", nonché creare più ponti tra le attività socio-creative informali, il riconoscimento informale e l'accettazione da parte della società e degli ambienti di lavoro. Inoltre, deve essere sperimentata con gruppi diversi (persone anziane, persone immigrate, donne in fase di reinserimento, volontarie/i) per consentire una valutazione e un ulteriore sviluppo. Alcuni dei partner sono già impegnati nella progettazione di una proposta volta a utilizzare il metodo JOY con la popolazione anziana.

Responsabilità

Le organizzazioni partner coinvolte nel progetto sono pienamente impegnate a garantirne l'impatto anche dopo la conclusione ufficiale. Attraverso lo sforzo collettivo, gli enti mirano a sostenere lo slancio acquisito durante il ciclo di vita del progetto, assicurando che i suoi benefici si estendano in futuro e continuino a influenzare positivamente le vite di gruppi diversi di persone.

Aggiornamento, sviluppo, competenze e contributi

Una volta concluso il progetto, i temi affrontati - in particolare quelli incentrati sull'empowerment emotivo, l'inclusione sociale, l'occupabilità e il benessere - continueranno ad avere un valore significativo per le organizzazioni coinvolte. Data la sua rilevanza nel favorire lo sviluppo emotivo e sociale in vari contesti, il metodo JOY servirà da riferimento e da modello per iniziative simili e sarà consultato regolarmente come guida e ispirazione.

Mantenendo un approccio dinamico e reattivo, le organizzazioni coinvolte si impegnano a mantenere i risultati del progetto validi e applicabili alle esigenze attuali e future, rafforzando la loro dedizione a promuovere un cambiamento positivo duraturo.

3.3. Costi e benefici

Costi

Il costo della formazione può variare in base a diversi fattori, come la dimensione e il livello del gruppo, la durata del programma, il tipo di attività, il livello di competenza del corpo formativo, la traduzione (per le persone immigrate) e il luogo.

La dimensione ottimale del gruppo per consentire un'attenzione individuale e svolgere attività anche in piccoli gruppi è di 8-12 persone. L'uso di più tipi di pratiche permette



inoltre di affrontare le sfide da diverse prospettive ed è più efficace dal punto di vista dei costi. La durata suggerita è di 3-4 mezza giornate da 3 ore ciascuna, suddivise in due settimane, più i compiti a casa.

Sebbene la formazione sia conveniente dal punto di vista dei costi, la maggior parte delle persone avrà bisogno di un sostegno finanziario. In Germania, sarà necessario testare la formazione su un gruppo più ampio. A livello nazionale e comunitario, il programma JOY sostiene le politiche di qualificazione e di validazione dell'apprendimento pregresso; mentre l'approccio *top-down* è ancora marginale, quello *bottom-up* supporterà le persone NEET e le preparerà nel caso sia necessaria una procedura di validazione.

Vantaggi

La formazione JOY è un investimento per la vita. Una volta che le e i partecipanti comprenderanno le loro competenze e le richieste della società e del lavoro e sperimenteranno l'energia positiva, saranno in grado di continuare il loro percorso di apprendimento e di sfruttare meglio i risultati.

Uno dei risultati ottenuti è stato quello di chiarire ai centri per l'impiego le esigenze e le competenze delle persone immigrate. Le e i partecipanti hanno imparato che possono ottenere risposte e risolvere problemi lavorando e imparando insieme, fungendo da guide per sé stessi e per gli altri. Questo aspetto aiuta a ridurre i costi successivi, come l'orientamento professionale, il supporto psicologico e la formazione formale.

Il processo di valutazione può essere il primo passo verso la validazione formale. Sviluppando un piano d'azione personale, ogni partecipante può infatti capire meglio qual è il momento giusto per procedere con la validazione.

A un livello superiore, il divario tra le figure professionali che lavorano con approcci socio-creativi e quelle che lavorano con la valutazione e la validazione dell'apprendimento pregresso diminuirà, a vantaggio dei potenziali utenti dell'approccio JOY.

Finanziamento

Le risorse e i materiali sviluppati nell'ambito del progetto sono completamente gratuiti e possono essere utilizzati dalle figure professionali per promuovere stati emotivi e motivazionali positivi nelle persone NEET, ampliando ulteriormente l'impatto del progetto.

I programmi di formazione completi richiedono sforzi e risorse organizzative significative. È possibile presentare un preventivo della formazione JOY alle parti interessate che beneficeranno dei risultati, tra cui:

- Le persone NEET, che investono il loro tempo principalmente nella formazione, con



una prospettiva di benefici personali, ad esempio occupazione, riduzione dello stress da resilienza e benessere.

- Aziende e organizzazioni che si assumono la propria responsabilità sociale, le quali traggono diversi vantaggi dalla formazione, ad esempio prestazioni migliori delle e dei dipendenti.
- Le figure professionali, le quali possono sviluppare ulteriormente la loro esperienza lavorativa con le persone NEET.
- Gli uffici di collocamento, che beneficiano direttamente dalla formazione rendendo il loro lavoro più efficiente e i risultati più sostenibili.
- Finanziamenti nazionali ed europei per l'ampliamento del metodo Joy, per garantirne la sostenibilità e l'accessibilità a un pubblico più ampio.

3.4. Efficacia

I contenuti della formazione sono facili da comprendere e da mettere in pratica, indipendentemente dal background e dalle esigenze delle e dei partecipanti, poiché si allineano all'immagine di sé, alla personalità, alle emozioni, al ruolo sociale e alla motivazione di ogni individuo.

L'efficacia della formazione è dimostrata sia dall'interesse, dalla motivazione e dalla partecipazione positiva delle figure professionali che dalla reazione delle e dei partecipanti. Questi ultimi, grazie ai cicli continui di feedback, feedforward e feed-up e alle opportunità di miglioramento, sentono che il loro contributo è apprezzato e che il metodo può evolvere in base alle loro esperienze e idee.

La formazione può essere adattata facilmente a diversi tipi di gruppi, come dimostrato, ad esempio, dalle prime esperienze condotte con partecipanti immigrati dell'Ucraina. A prescindere dal progetto, alcuni approcci sono stati utilizzati efficacemente anche con altri gruppi, tra cui persone rifugiate, donne, soldati, persone anziane, volontarie/i, classi di discenti e insegnanti.

Il valore del metodo JOY per le e i responsabili politici non risiede solo nel suo potenziale di riduzione dei tassi di disoccupazione e di lotta all'esclusione sociale, ma anche nel suo profondo impatto sul benessere individuale. Questo approccio olistico incentrato sul discente favorisce infatti l'occupabilità, ma anche lo sviluppo di cittadine e cittadini più impegnati e responsabili. Concentrandosi sull'empowerment emotivo e sullo sviluppo psicologico positivo, il metodo migliora la capacità degli individui di contribuire in modo significativo alla società. Una delle sfide principali è rappresentata dal fatto che le politiche



nazionali e dell'UE (EQF, NVQ, VPL), gli istituti di istruzione e le organizzazioni di settore sostengono principalmente l'educazione degli adulti dall'alto verso il basso, guidata dall'offerta, e il riconoscimento formale statico delle competenze (VPL), entrambi con un'accettazione limitata. Al contrario, l'approccio dal basso verso l'alto, guidato dalla domanda, dinamico e orientato alla persona è ancora poco applicato. Tuttavia, questa situazione potrebbe ribaltarsi, data la crescente velocità del cambiamento della società, la conseguente scomparsa di molte professioni (di basso livello) e il fatto che non esista ancora una formazione per i posti di lavoro futuri. In tal senso, l'approccio Joy prepara gli individui ad affrontare e sfruttare le opportunità della società futura, creando relazioni significative e contribuendo al benessere delle comunità. Questo non solo va a vantaggio dei singoli individui direttamente coinvolti, ma arricchisce anche la società nel suo complesso. Promuovendo un senso di appartenenza e di scopo, il metodo JOY aiuta a coltivare una società più coesa e resiliente.

Infine, l'aspetto etico è estremamente importante per l'accettazione e la partecipazione al lavoro e alla società. La formazione Joy promuove infatti la creazione di un ambiente sicuro e rispettoso, in cui è possibile dire qualsiasi cosa, se lo si vuole.

3.5. Suggerimenti per il futuro

Per consentire una valutazione più efficace e un ulteriore sviluppo della formazione, è necessario:

- Applicare la formazione a diversi tipi di gruppi.
- Approfondire la ricerca alla base del metodo (ad es. ricerca partecipativa) e metterla in pratica.
- Ampliare la gamma di pratiche utilizzate.
- Puntare a ottenere risultati sostenibili, come lo sviluppo della resilienza, dell'autostima, della riflessione e dell'agentività.
- Creare contenuti sociali accattivanti per coinvolgere le e i giovani nella formazione e aumentare l'interesse per i risultati del progetto.
- Preparare le e i partecipanti al futuro status di non-NEET.
- Creare più ponti tra attività socio-creative informali e requisiti formali.

Promozione di JOY

In passato, il progetto ha già avuto una notevole diffusione attraverso diversi canali, tra cui eventi, sessioni di formazione e incontri. La diffusione strategica è stata determinante



per aumentare la consapevolezza e raccogliere il sostegno di un pubblico più ampio. Il partenariato responsabile del progetto ha sfruttato diverse piattaforme non solo per introdurre il metodo, ma anche per dimostrarne l'efficacia nel promuovere il benessere emotivo e migliorare l'occupabilità delle persone NEET.

In prospettiva, il partenariato si impegna a proseguire questi sforzi di promozione. Una strategia chiave consiste nell'incorporare le attività del metodo JOY in altri progetti. In questo modo, la partnership mira a validare ulteriormente l'applicabilità e i benefici del metodo in vari contesti, in particolare quelli che trattano temi simili di inclusione sociale, istruzione e occupazione. Inoltre, il partenariato intende applicare il metodo JOY in contesti che affrontano questi temi, ampliandone così l'impatto. Questo obiettivo sarà raggiunto attraverso un impegno costante in forum educativi, laboratori e collaborazioni con influencer nei settori dell'istruzione e dell'assistenza sociale.

6. Raccomandazioni per l'applicazione di JOY al livello UE

I partner di Ode-to-Joy incoraggiano fortemente l'adozione del metodo e degli strumenti JOY e propongono le seguenti **raccomandazioni chiave**:

1. Sfruttare la **diversità europea** utilizzando un **sistema modulare** e combinando la formazione socio-creativa con la valutazione dell'apprendimento pregresso.
 - **Formazione di base** per tutte le parti interessate
 - **Flessibilità** e integrazione di attività che si adattano ai sistemi e alle procedure nazionali, settoriali, educative e di VPL.
2. **Adottare un approccio bottom-up** alla valutazione dell'apprendimento pregresso attraverso il riconoscimento della varietà dei percorsi e degli standard di valutazione: norme e valori personali e sociali, standard organizzativi e formativi, mercato del lavoro, NVQ/EQF. Ciò significa promuovere un riconoscimento adeguato alle esigenze delle persone NEET, delle loro famiglie, dell'ambiente sociale, del mercato del lavoro e dell'istruzione.
3. Facilitare l'accesso al modello, agli strumenti, alla formazione e alle attività JOY attraverso:
 - a. L'attuazione dell'"**approccio centrato sull'individuo**" per responsabilizzare le



- persone NEET.
 - b. L'attuazione dei programmi alternativi.
 - c. Una rete di **figure professionali specializzate nel lavoro con le persone NEET.**
 - d. Creative Commons dei materiali JOY.
4. **Incoraggiare il corpo formativo e le figure professionali che lavorano con i NEET e altri gruppi di riferimento** a sfruttare i risultati di JOY, a utilizzare gli **strumenti per l'autovalutazione** e ad aggiornarsi con ulteriori corsi di istruzione e formazione.
 5. Migliorare l'**efficienza dei costi, l'accessibilità e la fattibilità** applicando i metodi JOY in gruppi di massimo 12 persone. Incoraggiare implicitamente le e i partecipanti a formarsi reciprocamente e autonomamente.
 6. Il metodo di valutazione delle competenze dal basso verso l'alto, in sinergia con gli approcci socio-creativi, costituisce un passo importante, complesso ma anche piacevole verso un **approccio di valutazione formativa.**
 7. L'approccio JOY contribuisce alla visione della Commissione Europea sull'**industria 5.0**, puntando oltre l'efficienza e la produttività come unici obiettivi, rafforzando il ruolo e il contributo dell'industria alla società e ponendo il benessere delle lavoratrici e dei lavoratori al centro del processo produttivo. Inoltre, prepara le e i giovani alla **società 5.0**, con particolare attenzione alla risoluzione dei problemi e alla creazione di valore, alla diversità, al decentramento, alla resilienza, alla sostenibilità e all'armonia ambientale.
 8. Le e i responsabili politici dell'UE dovrebbero consentire l'**ulteriore sviluppo e la diffusione** di attività basate sulla combinazione dei metodi socio-creativi con un approccio *bottom-up* per la gestione sostenibile delle competenze.



1. Allegato A: Programmi alternativi

Titolo	1. Creare uno spazio sicuro conoscendosi reciprocamente	2. Scoprire sé stessi attraverso la narrazione: dalla consapevolezza individuale a quella collettiva	4. Scoprire sé stessi attraverso la narrazione: dalla consapevolezza individuale a quella collettiva	5. Formazione vocale e padronanza del movimento	6. Laboratorio di improvvisazione teatrale sui temi della paura e dell'ansia
Approccio:	INTRODUZIONE / BODYWORK	STORYTELLING	STORYTELLING	TEATRO	TEATRO
Durata/parte	1,5h / 20p	1,5h / 20p	1,5h / 20p	1,5h / 20p	1,5h / 20p
Risultati dell'apprendimento	<ul style="list-style-type: none"> - Percepire gli altri e sé stessi - Migliorare l'autoconsapevolezza e l'autoriflessione 	<ul style="list-style-type: none"> - Migliorare l'autoconsapevolezza e l'autoriflessione - Migliorare le abilità narrative e l'uso dei simboli - Riconciliarsi con i momenti passati - Immaginare il futuro - Prevenire la negatività - Trovare un equilibrio tra aspetti positivi e negativi - Migliorare l'autostima - Sviluppare l'introspezione - Imparare a creare storie con gli altri 	<ul style="list-style-type: none"> - Migliorare l'autoconsapevolezza e l'autoriflessione - Migliorare le capacità narrative e l'uso dei simboli - Riconciliarsi con i momenti passati - Immaginare il futuro - Prevenire la negatività - Trovare un equilibrio tra aspetti positivi e negativi - Migliorare l'autostima - Sviluppare l'introspezione - Imparare a creare storie con gli altri 	<ul style="list-style-type: none"> - Abilità nelle tecniche vocali e corporee 	<ul style="list-style-type: none"> - Sviluppare la consapevolezza emotiva (paura, ansia) - Imparare a trovare la calma
Attività	Spazio; regole; simboli; albero delle aspettative;	Lettera a sé stessi; A caccia di ricordi	- I miei Arcani Maggiori; passeggiata nel bosco; storia narrativa	Incontro; mindfulness, padronanza del movimento;	Simulazione della paura.



	apprendimento dei nomi			formazione vocale; feedback	<p>Improvvisazione teatrale con la paura.</p> <p>Tecnica di rilassamento muscolare progressivo di Jacobson.</p>
Commenti		Viaggio di scoperta: 1) Dialogare con il sé, 2) Condividere il sé con il mondo esterno	<ul style="list-style-type: none"> - Viaggio di auto-scoperta/condivisione. - Condividere il sé con il mondo esterno 		<p>La partecipazione non è obbligatoria. Ogni partecipante può scegliere di far parte del pubblico.</p> <p>Pref. con assistente</p>

Titolo	8. Vivere il proprio corpo	9. Connettersi con il sentimento di gioia attraverso le preziose risorse della natura e migliorando sé stessi	10. LandArt e quadrato delle emozioni	11. Connettersi con il sentimento di gioia attraverso le preziose risorse della natura e migliorando sé stessi
	SOMATICA	NATURA/ARTE	NATURA/ARTE	NATURA
Durata/part e	3h / 20p	1,5h / 20p	1,5h / 15p	1,5h / 20p
Risultati dell'apprendimento	<ul style="list-style-type: none"> - Sintonizzarsi con il proprio corpo, aumentare la consapevolezza corporea - Entrare in sintonia e in connessione con gli altri - Imparare a conoscere e percepire lo spazio - Conoscere gli approcci somatici nelle arti performative e nell'autosviluppo 	<ul style="list-style-type: none"> - Connettersi con sé stessi e con l'ambiente circostante - Diventare più aperti e consapevoli nella vita quotidiana - Fare attenzione alle preziose risorse naturali - Concentrarsi sui propri sentimenti, sugli altri e sulle energie della natura 	<ul style="list-style-type: none"> - Trattare i materiali naturali in modo rispettoso per sviluppare la propria attività creativa - Sperimentare un processo di progettazione e un risultato privo di valori e di controllo rimanendo aperti alle emozioni positive, trasformandosi e lasciandosi andare 	<ul style="list-style-type: none"> - Connettersi con sé stessi e con l'ambiente circostante - Diventare più aperti e consapevoli nella vita quotidiana - Fare attenzione alle preziose risorse naturali - Concentrarsi sui propri sentimenti, sugli altri e



	<ul style="list-style-type: none"> - Aumentare l'apprezzamento di sé - Migliorare la capacità di rilasciare e annullare lo stress 		<ul style="list-style-type: none"> - Conoscere i propri sentimenti e quelli altrui e il linguaggio del corpo - Cambiare i propri sentimenti o emozioni - Reagire o rispondere rapidamente alle emozioni - Imparare a essere parte attiva di un gruppo - Imparare a gestire situazioni di dissimulazione 	<p>sulle energie della natura</p>
Attività	<p>Arrivo nello spazio e nel corpo.</p> <p>Siamo una rete.</p> <p>Geometria dello spazio e punti.</p> <p>Sentirsi in movimento.</p> <p>Marionette.</p>	<p>Incontro con un albero.</p> <p>Finestra di piante.</p> <p>Osservare come una formica.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Scelta del luogo e del tema. - Pianificazione. - Raccolta dei materiali. - Narrazione e gioco; storia introduttiva e gioco emotivo in gruppi di 4 persone. 	<ul style="list-style-type: none"> - Mappatura sensoriale. - Sentiero dei 4 elementi (terra, acqua, fuoco, aria)
Commenti	<p>Corpo formativo: è necessaria almeno un'esperienza pregressa nella disciplina del bodywork/massaggio o nell'approccio somatico/danza</p>	<p>Esperienza variegata.</p> <p>Osservazione dell'ambiente esterno.</p> <p>Rapporto con la natura.</p>	<p>Corpo formativo: descrivere i ruoli del gruppo.</p>	



2. Allegato B: Attività VPL

Titolo	Conoscere e presentare l'altro	Sono orgogliosa/o di... - START	7. Linea della vita	12. Riflessione e autopromozione	12. Piano d'azione personale e autogestione sostenibile
	VPL - Introduzione	VPL - 1	VPL - 2	VPL - 3	VPL -4
Durata/part e	30-60 min / 12p	1,5h / 12p	1,5h / 12p	1,5h / 12p	1,5h / 12p
Risultati dell'apprendimento	<ul style="list-style-type: none"> - Pensare rapidamente a ciò che è importante - Essere in grado di spiegare qualcosa all'altro - Sapere ascoltare - Preparare un pitch (per l'altro) - Presentare il pitch al gruppo 	<ul style="list-style-type: none"> - Scoprire ed evidenziare le proprie qualità e competenze - Riflettere su come dimostrare o presentare le proprie qualità - Connettersi con le emozioni 	<ul style="list-style-type: none"> - Sviluppare una visione integrale della propria vita - Riflettere sui momenti importanti della vita e scoprire le qualità, le emozioni e le condizioni derivanti da questi momenti 	<ul style="list-style-type: none"> - Connettersi con la realtà personale e professionale - Creare un profilo personale dei valori - Adattarsi alle richieste esterne - Autopromuoversi 	<ul style="list-style-type: none"> - Essere consapevoli delle proprie qualità e possibilità - Analizzare i cambiamenti avvenuti nella propria vita fino ad ora - Sfruttare le proprie competenze, emozioni, caratteristiche personali, motivazioni e idee per gestire la propria carriera professionale - Pianificare il prossimo passo nel piano d'azione
Attività	<p>A coppie: Spiegare qualcosa all'altro</p> <p>Al gruppo: Presentare il pitch (max 1,5 minuti)</p>	<p>Descrivere la performance; KSA/competenze/connettersi con le emozioni + prove; intervista a coppie.</p> <p>START - Situazione-task-attività-risultato -trasferimento</p>	<p>Disegnare la linea della vita.</p> <p>Disegnare l'immagine o la visione della propria vita.</p> <p>Ruolo delle emozioni e dei tratti di personalità.</p> <p>Portfolio START.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Raccogliere e sistematizzare i risultati. - Creare un profilo dei valori personali - Definire una panoramica delle competenze/valori rilevanti nel mondo esterno 	<ul style="list-style-type: none"> - Definizione dell'obiettivo. - Descrizione delle azioni SMART nel piano d'azione personale - Presentazione di un piano d'azione personale in un piccolo gruppo (2-3 persone) (usare i materiali disponibili in modo creativo)



Cofinanziato
dall'Unione europea



- Descrivere le esigenze
degli altri, rilevanti per sé
stessi



COORDINATORE

Rogers Foundation for Person-Centred Education

Ungheria

rogersalapitvany.hu



Centro per lo Sviluppo Creativo "Danilo Dolci"

Italia

danilodolci.org



GeSoB – Gesellschaft für Sozialforschung und Bildung

Austria

gesob.at



UWEZO GmbH

Germania

www.uwezo.de



Astoria Színházi Közművelődési Egyesület

Ungheria

rs9.hu



Developing Attunement through the Experience of Joy

joy-experience.eu



This work is licensed under Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International

ERASMUS+ programme – Cooperation Partnership in Adult Education

Finanziato dall'Unione europea. Le opinioni espresse appartengono, tuttavia, al solo o ai soli autori e non riflettono necessariamente le opinioni dell'Unione europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione europea né l'EACEA possono esserne ritenute responsabili.



Cofinanziato
dall'Unione europea

Ode to Joy - Developing Attunement through the Experience of Joy

Project ID: 2021-1-HU01-KA220-ADU-000028311