

**Lever<sup>up</sup>**

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



**Motivazione**

PERSONALI

**Lever<sup>up</sup>**

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



**Empatia**

PERSONALI

**Lever<sup>up</sup>**

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



**Responsabilità**

PERSONALI

**Lever<sup>up</sup>**

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

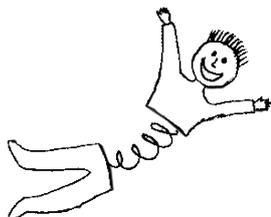


**Iniziativa**

PERSONALI

**Lever<sup>up</sup>**

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



**Flessibilità e adattabilità**

PERSONALI

**Lever<sup>up</sup>**

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

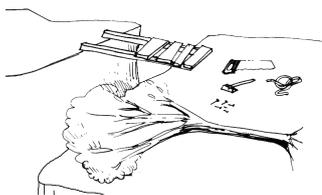


**Imparare ad imparare**

METODOLOGICHE

**Lever<sup>up</sup>**

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



**Problem solving**

METODOLOGICHE

**Lever<sup>up</sup>**

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



**Innovazione e creatività**

METODOLOGICHE



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



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



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

## Empatia



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



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



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

## Motivazione



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



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



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

## Iniziativa



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



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



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

## Responsabilità



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



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



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

## Imparare ad imparare



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



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



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

## Flessibilità e adattabilità



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



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



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

## Innovazione e creatività



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



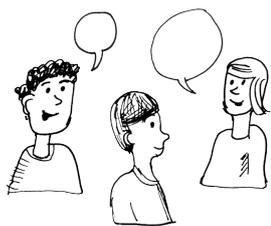
Sono consapevole del contesto e dei processi in corso.  
Ho familiarità con le strategie di impostazione del problema e sui metodi di risoluzione.



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

## Problem solving

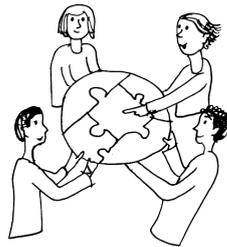




Sono bravo a parlare con le altre persone. Mi esprimo in modo chiaro quando parlo o scrivo nelle diverse situazioni.

## Comunicazione

SOCIALI



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

## Lavoro di gruppo

SOCIALI



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

## Gestione interculturale e della diversità

SOCIALI



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

## Leadership

SOCIALI



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

## Orientamento al risultato

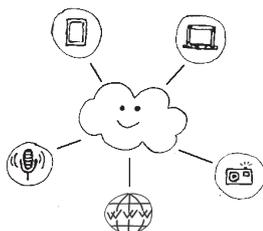
ORGANIZZATIVE



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

## Organizzazione e pianificazione

ORGANIZZATIVE



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

## Pensiero digitale

ORGANIZZATIVE





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



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



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

## Lavoro di gruppo



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



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



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

## Leadership



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



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



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

## Organizzazione e pianificazione



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



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



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

## Comunicazione



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



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



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

## Gestione interculturale e della diversità



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

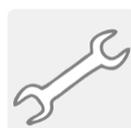


Sono consapevole del contesto e dei processi in corso. Ho familiarità con il concetto di gestione dei processi.



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

## Orientamento al risultato



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



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



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

## Pensiero digitale

## CARTE LEVERUP



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

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

[www.leverproject.eu](http://www.leverproject.eu)

