



Linee guida

104_2: Piano d'azione

www.symfos.eu



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Linee guida

IO4_2: Piano d'azione



Titolo:	<i>Piano d'azione – linee guida</i>
Prodotto – IO 4_2	SymfoS – scenari di counselling per il lavoro con i simboli_2
Descrizione:	<p>L'intervento qui proposto si rivolge agli utenti che, a seguito della valutazione iniziale prevista dalla metodologia di SymfoS, hanno manifestato l'esigenza di essere supportati nel processo di individuazione delle proprie risorse e competenze.</p> <p>Il presente documento illustra quattro diversi tipi di intervento con obiettivi specifici:</p> <p>a) mappa delle risorse e delle competenze: utilizzata nel corso delle sessioni di <i>counselling</i> incentrate sugli interessi e sui punti di forza dell'utente;</p> <p>b) piano d'azione: utilizzato all'inizio del processo di <i>counselling</i> al fine di preparare l'utente a un'esperienza di tirocinio o a un colloquio di lavoro;</p> <p>c) le isole delle emozioni: intervento utile per prendere in esame i sentimenti e le sensazioni provate dall'utente, indagarne le motivazioni circa il proprio futuro professionale.</p> <p>d) analisi delle immagini interiori: intervento volto a mostrare e riflettere sulle immagini interiori connesse ad un tema specifico, individuare paure e blocchi emotivi, sviluppare delle strategie per gestire e controllare le proprie emozioni.</p> <p>Tutti gli interventi prevedono l'adozione della seguente procedura. Inizialmente, l'utente ha il compito di selezionare dei simboli da presentare al gruppo di supporto che avrà la possibilità di porre delle domande concrete. Quindi, il gruppo presenterà le proprie percezioni legate al racconto dell'utente. Questa fase precede il momento interpretativo guidato dal consulente. Infine, l'utente e il consulente concordano un piano d'azione realistico.</p> <p>Il presente manuale sarà pubblicato sul nostro sito e reso disponibile in formato sia cartaceo che digitale.</p> <p>Suggeriamo di utilizzare questo documento per coordinare interventi rivolti a giovani svantaggiati e non al fine di aiutarli a valutare e scegliere percorsi educativi e professionali alternativi.</p>
Organizzazione partner:	<i>Hafelekar</i>
Ricercatore che ne ha curato la redazione:	<i>Paul Schober</i>
Data di consegna:	<i>31 agosto 2018</i>
Lingue:	<i>Inglese, italiano, tedesco e spagnolo</i>

Piano d'azione

È importante guardare al proprio percorso di vita per comprendere il proprio passato, il proprio presente (mappa delle risorse e delle competenze) ed avere un'anteprima sul proprio futuro (piano d'azione) tenendo conto dei propri sogni e dei propri obiettivi. Per questa ragione, diviene fondamentale scegliere su che tipo di obiettivi lavorare: a breve, a medio o a lungo termine.

Molti giovani trovano difficile stabilire degli obiettivi concreti e definire tutte le azioni necessarie. Creare e attenersi a un piano può essere, infatti, estremamente macchinoso.

Il piano d'azione intende fornire loro tutti gli strumenti necessari. Il tempo si trasforma in una serie di carte e di simboli che aiutano agli utenti a proiettarsi nella loro vita futura.

Nel corso di questo intervento, gli utenti hanno l'opportunità di cambiare, aggiungere o rimuovere carte e simboli in qualunque momento. Tale flessibilità consente loro di comprendere che possono plasmare il loro futuro come desiderano.

È possibile creare dei piani d'azione per qualunque arco temporale: breve (un'ora - preparazione di una presentazione o di un colloquio conoscitivo), medio (pianificare un fine settimana o programmare delle attività da svolgere nel proprio tempo libero), o lungo (per periodi di tempo che variano da un mese a cinque anni).

Se si intende lavorare su piani d'azione a lungo termine, suggeriamo prima di creare una visione d'insieme e poi analizzare più da vicino il prossimo futuro al fine di concordare delle azioni concrete insieme agli utenti.

Il piano d'azione può essere utilizzato per riflettere su possibili alternative (cfr. immagine n.2).



Piani settimanali: basta servirsi delle carte utilizzate per comporre i piani mensili. Questo tipo di piani consentono di porre in evidenza i conflitti.

Mazzi di carte da utilizzare per comporre i piani d'azione settimanali e mensili: 36 carte (5 x 5 per i giorni feriali, 4 x 2 per i fine settimana, 3 carte vuote per le festività).

Piani d'azione giornalieri: Il percorso parte da un cartoncino bianco (risveglio) cui sono associate altre 12 carte che simboleggiano le ore di veglia. Un altro cartoncino bianco chiude il piano (sonno). I piani d'azione giornalieri servono per pianificare o rielaborare gli

eventi accaduti nel corso di giornate particolarmente complesse.

Immagine 2: Piano d'azione con due percorsi alternativi

Dal momento che lo stato di veglia si protrae, di solito, per più di 12 ore, bisogna dedicare una maggiore attenzione ai momenti più significativi.

È possibile anche creare dei piani orari per analizzare situazioni particolarmente conflittuali. Questo tipo di piani sono suddivisi in intervalli di cinque minuti.

Piano di lavoro

Se possibile, bisognerebbe utilizzare il pavimento come piano di lavoro.

Descrizione dell'intervento

I.) Inizio: individuazione degli obiettivi personali

Il piano d'azione parte dall'individuazione degli obiettivi personali dell'utente, spesso elaborati a seguito del completamento della mappa delle risorse e delle competenze. Tuttavia, è sempre possibile definirne di nuovi e ricominciare da capo.

L'utente ha il compito di riflettere e discutere dei propri obiettivi con il consulente. Infine, sceglierà i simboli più adatti a descriverli. Tali obiettivi devono essere specifici, concreti e, soprattutto, definiti nel tempo. Se la sessione segue un intervento antecedente, allora si dovrà ricorrere agli stessi simboli utilizzati in precedenza.

II.) Scelta dei simboli

L'utente ordina a suo piacimento le carte sul pavimento. Quindi, sceglie e posiziona come meglio crede i simboli che gli appaiono più rilevanti in quanto sono adatti a descrivere la sua situazione.

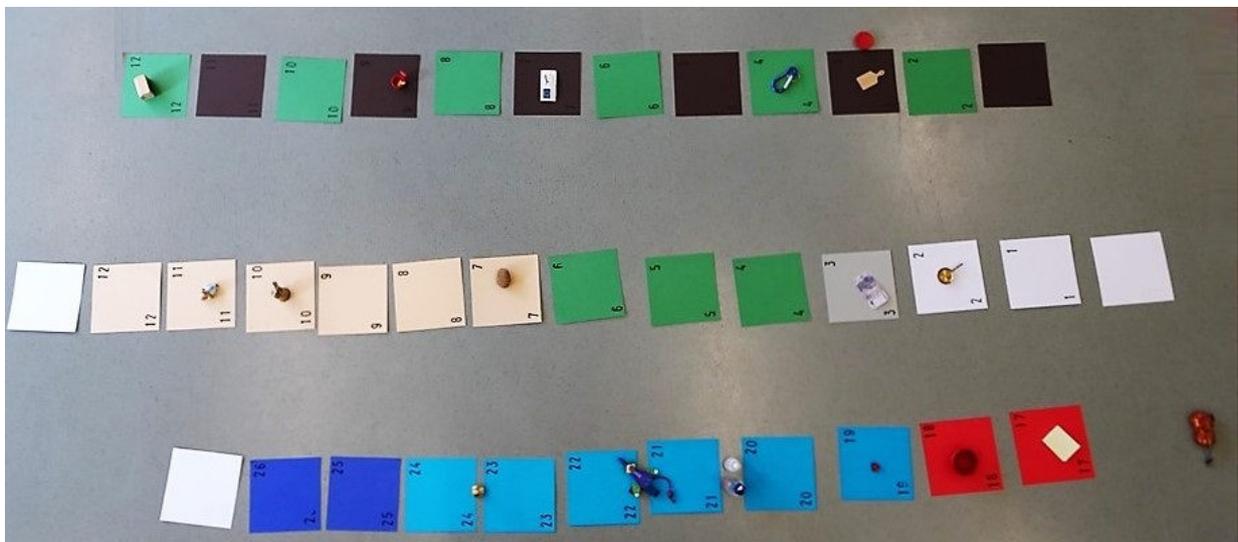


Immagine 3: Simboli posizionati a destra, a sinistra e al centro del percorso

III.) **Modalità di svolgimento della sessione di *counselling***

1. Presentazione

L'utente introduce il tema di discussione.

Nel caso si tratti di una sessione di gruppo, potrà scegliere due o tre "osservatori" che comporranno il suo gruppo di supporto. Gli altri utenti sono coinvolti attivamente in tutte le fasi della sessione di *counselling*.

L'utente descrive i simboli che ha scelto di mostrare, indicandoli uno per uno (ad es., "questa mano simboleggia [...]"). Comincia col primo simbolo posto sulla mappa delle competenze per arrivare fino al termine del percorso.

Il consulente e il gruppo di supporto ascoltano attentamente ciò che viene detto. Sono consci della presenza dell'utente e ne osservano i gesti, la postura, la frequenza del respiro, il tono della voce. Mostra delle emozioni nel toccare i simboli? Di che tipo?

2. Domande concrete

Il consulente e il gruppo pongono delle domande concrete. Tali domande possono riferirsi unicamente ai simboli posti sul piano di lavoro, a ciò che è visibile. Non possono porre domande volte ad individuare ragioni e motivazioni. Per il momento devono limitarsi a capire, non ad interpretare, il quadro presentato. L'utente risponde alle domande.

3. Percezione

Il consulente e il gruppo di supporto si rivolgono direttamente all'utente per riportare le osservazioni e le sensazioni provate nel corso del racconto. Se qualcuno di loro ha notato delle emozioni dovrà dire in che modo le ha percepite (attraverso la mimica, i gesti, il tono della voce). L'utente si limita ad ascoltare attentamente quanto viene detto.

4. Interpretazione

Il consulente e il gruppo di supporto parlano insieme della situazione presentata dall'utente. Pensano ad alta voce e si pongono delle domande "Qual è il problema?"; "Quali aspetti bisognerebbe cambiare?"; "Qual è il problema che l'utente vorrebbe risolvere, comprendere, superare?"; "Che tipo di difficoltà potrebbero presentarsi? In quale momento?"

L'utente ascolta attentamente, ma non può intervenire.

5. Elaborazione del piano d'azione

In questa fase il consulente e l'utente discutono del tipo di supporto e delle azioni da intraprendere al fine di raggiungere l'obiettivo finale. Al termine dell'attività, l'utente deve impegnarsi a intraprendere le azioni concordate

Caso studio

- Nome dell'utente: Anna (nome di fantasia)
- Profilo dell'utente: studentessa di 18 anni, è inserita in un programma di formazione professionale dell'agenzia del lavoro austriaca. Partecipa alle sessioni di gruppo.
- Tipo di intervento: Piano d'azione.
- Obiettivo: programmare i prossimi 5 anni (successivi al periodo di tirocinio).



Immagine 4: Piano d'azione quinquennale (Caso studio - Anna)

Punto di partenza: individuazione dell'obiettivo finale

L'obiettivo di Anna è quello di trovare un'opportunità di tirocinio che le consenta di programmare la sua vita nei prossimi anni.

Sessione di *counselling*

1. Presentazione

Anna si siede sul pavimento, vicino alla carta colorata con su scritto il suo obiettivo finale. La ragazza comincia a illustrare i simboli che ha scelto:

Ecco questo è il mio piano d'azione per i prossimi cinque anni. Ho scelto cinque carte per ciascun anno.

Questo è il mio primo anno come tirocinante. Uso sempre la bicicletta per andare da casa al lavoro (simbolo: bicicletta). Nel corso di quest'anno otterrò la cittadinanza austriaca (simbolo: post-it che riporta una scritta) e disporrò di una piccola somma di denaro (simbolo: 10€).

Nel corso del mio secondo anno di tirocinio disporrò di più soldi (simbolo: 100€), quindi potrò celebrare degnamente il mio ventesimo compleanno (simboli: regali, bottiglie di brandy). Quindi risparmierò (simbolo: salvadanaio) per comprare la mia auto (simboli: macchina, chiavi) e andare in vacanza (simboli: conchiglie, barca).

Nel corso del terzo anno guadagnerò un po' di più (simbolo: 200€) e potrò andare a fare shopping (simboli: gruccia, scarpe, gioielli, scatole). Quindi finirò il mio corso di formazione professionale (simbolo: casa) e mi diplomerò con successo (simbolo: badge). Con un po' di fortuna (simbolo: coccinella) otterrò dei buoni voti (simbolo: badge) e avrò un certificato nelle mie mani (simbolo: mani). Quindi andrò di nuovo in vacanza (simboli: secchiello, conchiglia, valigia, ruota di scorta).

Dopo quattro anni, acquisterò una casa (simboli: casa, chiavi). Mi fidanzerò (simbolo: gioielli) e mi sposerò con il mio ragazzo (simboli: bouquet di fiori, uomo, donna). Saremo felici e innamorati (simboli: cuori, sorriso). Quindi andremo in vacanza insieme (simboli: casa, bracciale di conchiglie).

Fra 5 anni sarò la responsabile di un supermercato (simbolo: donna su uno sgabello), quindi potrò avere un figlio (simbolo: cicogna) che crescerà forte e sano (simbolo: bimbo, biberon). Dopo qualche tempo, ne avrò un altro (simbolo: bambino, ciuccio). Viaggeremo molto. Quando avrò una famiglia mia avrò coraggio, forza e resistenza (simbolo: tre bottoni), e penso che rifletterò su una terza gravidanza.

2. Domande concrete

Il gruppo che partecipa alla sessione di *counselling* pone delle domande concrete.

3. Percezione

I membri del gruppo di supporto si rivolgono ad Anna per parlarle delle loro percezioni:

- *Eri ansiosa di iniziare, eri molto impaziente, lo hai detto più volte alle tue amiche.*
- *Prima di iniziare a presentare il tuo piano d'azione, ti pizzicavi le guance.*
- *Il tuo racconto è stato molto chiaro, e sei apparsa molto determinata.*

4. Interpretazione

I partecipanti discutono ad alta voce del caso di Anna che si limita ad ascoltare.

Consulente: *Che cosa ne pensate di Anna? Quali momenti potrebbero rivelarsi difficili? Quali no?*

- *Mi sembra che sia tutto molto ordinato, e questo costituisce un indubbio vantaggio. Ha un'ottima visione d'insieme.*

Consulente: *Non pensate che questo possa diventare uno svantaggio, invece? Che cosa potrebbe accadere se qualcosa non funzionasse?*

- *È una persona estremamente legata ai sentimenti e agli affetti. Credo che questo potrebbe avere delle ripercussioni negative.*
- *È una donna tutta d'un pezzo.*
- *La conosco bene e di solito se vuole qualcosa la ottiene*

Consulente: *D'accordo. Pensate che questo sia un vantaggio o uno svantaggio? Ad esempio, non sa se potrà trovare o meno un buon compagno. E poi pensare di poter acquistare una casa così presto. È molto costoso acquistare una casa. Ho una domanda per voi, come potrebbe comportarsi Anna se qualcosa dovesse andare storto?*

- *Potrebbe cominciare da capo e incaponirsi. Non rinuncerà.*
- *Cercherà di sfruttare tutto ciò che ha.*
- *Potrà chiedere aiuto. Penso che troppe alternative possano distrarla.*

Consulente: *È importante che voi capiate che qualcosa può andare storto e dovete avere un piano di riserva.*

Il consulente si rivolge a Anna. *Che cosa ne pensi di ciò che è stato detto? Ritieni che i tuoi compagni abbiano notato qualcosa di nuovo?*

Anna: *Sì, penso che tutto sia abbastanza chiaro. Ho sempre i miei genitori pronti a supportarmi.*

5. Piano d'azione

È chiaro che Anna ha descritto più il futuro che immagina per sé e non ha elaborato un piano concreto. Tuttavia, le azioni di Anna rivelano una forte determinazione. Sente di avere in sé una grande forza. Ad ogni modo non si può programmare un innamoramento o una gravidanza con la stessa precisione con la quale si pianifica il processo burocratico che porta al conferimento della cittadinanza austriaca. La ragazza dovrebbe concentrarsi su obiettivi ben definiti, ma appare più interessata a formare una famiglia tutta sua.

Il consulente e Anna concordano di dover analizzare le azioni volte all'individuazione di un buon programma di tirocinio, e per questa ragione fissano un nuovo incontro.

Conclusione

Hai l'opportunità di guardare alla tua vita attraverso le lenti di un binocolo che puntano in due direzioni (verso il passato e verso il futuro). Quale prospettiva preferisci?

Preferisco guardare avanti, voglio anche cambiare qualcosa nel corso del prossimo incontro.

Va bene, adesso scatta una foto del tuo piano d'azione e di ogni piano annuale.

Coordinatore del progetto



Hafelekar Consultancy Schober Ltd, Austria
office@hafelekar.at
www.hafelekar.at

Partner



Center for Migrants in Tyrol (ZeMIT), Austria
office@zemit.at
www.zemit.at



Sozialwerk Düren, Germania
s.henke@sozialwerk-dueren.de
www.sozialwerk-dueren.de



Ballymun Job Centre, Irlanda
bakerr@bmunjob.ie
www.bmunjob.ie



CESIE, Italia
caterina.impastato@cesie.org
www.cesie.org



Asociación Caminos, Spagna
office@asoccaminos.org
www.asoccaminos.org

Ideatore del lavoro con i simboli
Wilfried Schneider, Germania
info@psychologische-symbolarbeit.de
psychologische-symbolarbeit.de

www.symfos.eu



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.