



Co-funded by the
European Union

#Kayros
DIGITAL INNOVATION



Promuovere la consapevolezza dell'apprendimento permanente tra i giovani NEET
FALLYNEETS

2025-1-PT02-KA210-YOU-000361656



Co-funded by the
European Union

Finanziato dall'Unione Europea. Le opinioni e i punti di vista espressi sono tuttavia esclusivamente quelli degli autori e non riflettono necessariamente quelli dell'Unione Europea o dell'Agenzia esecutiva per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione Europea né l'EACEA possono essere ritenute responsabili per essi

Indice

A. Controllo emotivo e resilienza.....	4
1. Quadro concettuale.....	5
1.1. Che cos'è la resilienza emotiva?.....	5
1.2. Rilevanza per i giovani NEET.....	7
2. Sfide affrontate dai giovani NEET.....	11
3. Strategie pratiche.....	15
3.1. Tecniche di autoregolazione emotiva.....	15
3.2. Strumenti cognitivo-comportamentali.....	19
3.3. Competenze socio-emotive.....	23
4. Integrazione in un PLE.....	27
5. Approccio pedagogico agli strumenti di IA.....	31
Wysa.....	31
Smiling Mind.....	31
Medito.....	33
B. Strumenti tecnologici digitali ausiliari applicabili.....	36
1. Quadro concettuale.....	37
2. Le sfide dei NEET nell'apprendimento digitale.....	41
3. Categorie di strumenti.....	46
3.1. Strumenti di produttività e apprendimento.....	47
3.2. Strumenti di creatività.....	50
3.3. Strumenti di comunicazione.....	54
3.4. Strumenti di autoapprendimento e valutazione.....	57
3.5. Strumenti di accessibilità.....	60
4. Integrazione del PLE.....	64
5. Approccio pedagogico agli strumenti di IA.....	68
Google Gemini (in Google Docs).....	73
Trello.....	76
Canva.....	79
HyperWrite AI.....	83
Read&Write.....	86
C. Immagine digitale personale e social network.....	90
1. Quadro concettuale.....	91
2. Sfide per i giovani NEET.....	96
3. Temi fondamentali da sviluppare.....	100

3.1. Uso responsabile dei social media.....	100
3.2. Immagine digitale professionale.....	104
3.3. Fare rete con i social media.....	108
4. Integrazione nel PLE.....	112
5. Approccio pedagogico agli strumenti di IA.....	115
Vidnoz AI.....	115
SnapEdit AI.....	115
Google Alerts (Avvisi di Google).....	116
D. Orientamento professionale e imprenditorialità.....	118
1. Quadro concettuale.....	119
1.1 Che cos'è l'occupabilità?.....	119
1.2 Fattori che influenzano l'occupabilità.....	120
1.3 Competenze trasversali fondamentali per il mercato del lavoro moderno.....	123
1.4 Definizione di imprenditorialità.....	131
1.5 Autoefficacia e iniziativa dei giovani.....	135
2. Sfide per i giovani NEET.....	138
2.1 Curriculum deboli.....	138
2.2 Mancanza di esperienza nei colloqui di lavoro.....	140
2.3 Difficoltà nell'esprimere le proprie competenze.....	143
2.4 Reti professionali limitate.....	146
3. Argomenti principali da sviluppare.....	151
3.1. Strategie di ricerca del lavoro.....	151
3.2. Creazione di CV e lettera di presentazione.....	158
3.3. Sviluppo delle competenze per il colloquio.....	164
3.4. Nozioni di base sull'imprenditorialità.....	168
3.5. Networking.....	174
4. Integrazione nel PLE.....	175
4.1 Obiettivi di apprendimento professionale.....	175
4.2 Portfolio personale.....	176
4.3 Monitoraggio della carriera.....	177
5. Approccio pedagogico agli strumenti di IA.....	178
5.1 Resume.com.....	179
5.2 Final Round AI.....	180
5.3 Namecheap Logo Maker.....	181
5.4 Lucidchart.....	182
5.5 Miro.....	183



A. CONTROLLO EMOTIVO E RESILIENZA

Promuovere la consapevolezza dell'apprendimento permanente tra i giovani NEET **FALLYNEETS**

2025-1-PT02-KA210-YOU-000361656



Co-funded by the
European Union

Finanziato dall'Unione Europea. Le opinioni e i punti di vista espressi sono tuttavia esclusivamente quelli degli autori e non riflettono necessariamente quelli dell'Unione Europea o dell'Agenzia esecutiva per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione Europea né l'EACEA possono essere ritenute responsabili per essi.



1. Quadro concettuale

1.1. Che cos'è la resilienza emotiva?

Definizioni tratte dalla letteratura psicologica e sullo sviluppo giovanile

La resilienza emotiva si riferisce alla capacità di adattarsi, riprendersi e crescere in risposta allo stress, alle avversità o a situazioni di vita difficili. In psicologia, viene spesso descritta come un processo dinamico che consente agli individui di mantenere o ritrovare l'equilibrio emotivo dopo aver vissuto delle difficoltà.

Dal punto di vista dello sviluppo giovanile, la resilienza emotiva non riguarda solo il "rimbalzare", ma anche lo sviluppo delle competenze, degli atteggiamenti e dei comportamenti necessari per affrontare l'incertezza, costruire la fiducia in sé stessi e mantenere la motivazione nel tempo.

Piuttosto che essere un tratto innato, la resilienza emotiva può essere appresa e rafforzata attraverso l'esperienza, la riflessione e la pratica. Ciò è particolarmente importante per i giovani che si trovano ad affrontare contesti instabili o opportunità limitate, poiché fornisce loro gli strumenti per gestire le emozioni e prendere decisioni costruttive.

Differenza tra resilienza e resistenza

Sebbene spesso utilizzati in modo intercambiabile, resilienza e resistenza sono concetti diversi.

- **La resistenza** si riferisce alla capacità di sopportare la pressione o di evitare di essere influenzati da fattori di stress esterni. Si tratta più che altro di “resistere” o di bloccare l'impatto.
- **La resilienza**, invece, implica adattamento e trasformazione. È la capacità di rispondere alle sfide, imparare da esse e continuare ad andare avanti.

Una persona resistente può cercare di ignorare o sopprimere le difficoltà, mentre una persona resiliente le riconosce, elabora l'impatto emotivo e adatta la propria risposta di conseguenza.

Resistenza**Resilienza**

Evita o blocca lo stress	Si adatta allo stress
Concentrazione sulla resistenza	Attenzione alla crescita
Risposta rigida	Risposta flessibile
Affrontare la situazione nel breve termine	Sviluppo a lungo termine

Pilastri fondamentali della resilienza emotiva

La resilienza emotiva si basa su diversi elementi chiave che interagiscono per sostenere la stabilità emotiva e la crescita personale:

- **Adattabilità**

La capacità di adattarsi a nuove situazioni, cambiamenti o sfide inaspettate. Le persone adattabili sono in grado di modificare la propria prospettiva e il proprio comportamento quando necessario.

- **Flessibilità emotiva**

La capacità di provare, comprendere e regolare un'ampia gamma di emozioni senza lasciarsi sopraffare. Implica riconoscere le emozioni senza esserne controllati.

- **Ottimismo**

Una visione della vita realistica ma positiva. Ottimismo non significa ignorare le difficoltà, ma credere che le sfide possano essere superate e che l'impegno possa portare a un miglioramento.

- **Autocontrollo**

La capacità di gestire le reazioni emotive, gli impulsi e le risposte allo stress. Ciò include calmarsi, ritardare le reazioni e scegliere comportamenti costruttivi.

Insieme, questi pilastri aiutano le persone a rispondere alle difficoltà in modo equilibrato e proattivo.

La neurobiologia delle risposte emotive (introduzione di base)

La resilienza emotiva è strettamente legata al modo in cui il cervello elabora lo stress e le emozioni.

Quando una persona si trova ad affrontare una situazione stressante, il cervello attiva un sistema di risposta rapida spesso noto come risposta di "lotta, fuga o paralisi". Questa reazione è controllata da una parte del cervello chiamata amigdala, che rileva le minacce e innesca risposte emotive come la paura o l'ansia.

Allo stesso tempo, un'altra parte del cervello, la corteccia prefrontale, è responsabile del ragionamento, del processo decisionale e della regolazione emotiva. Quando funziona in modo efficace, aiuta le persone a fermarsi, riflettere e scegliere come reagire, piuttosto che reagire in modo impulsivo.

In situazioni di forte stress, l'amigdala può assumere un ruolo dominante, provocando reazioni automatiche quali panico, evitamento o frustrazione. La resilienza emotiva consiste nel rafforzare la connessione tra questi sistemi cerebrali, in modo che le persone possano regolare le proprie reazioni in modo più efficace.

Attraverso pratiche quali la riflessione, le tecniche di respirazione e la consapevolezza emotiva, è possibile allenare il cervello a rispondere in modo più calmo e controllato. Nel tempo, ciò migliora la capacità di gestire lo stress e mantenere l'equilibrio emotivo.

1.2. Rilevanza per i giovani NEET

La resilienza emotiva svolge un ruolo fondamentale nella vita dei giovani che non studiano, non lavorano e non seguono corsi di formazione (NEET). Questo gruppo si trova spesso ad affrontare una combinazione di sfide personali, sociali ed economiche che possono avere un impatto significativo sul loro benessere emotivo e sulle opportunità future.

Conseguenze dello stress a lungo termine, della disoccupazione e di contesti instabili

Molti giovani NEET vivono periodi prolungati di incertezza. L'assenza di routine quotidiane strutturate, l'instabilità finanziaria e l'accesso limitato alle opportunità possono creare stress cronico.

Nel tempo, ciò può portare a:

- Esaurimento emotivo
- Aumento dell'ansia e della frustrazione
- Sentimenti di impotenza
- Perdita di motivazione

Senza le giuste strategie di gestione, questo tipo di stress può diventare un ostacolo all'azione, alla sperimentazione di nuove opportunità o all'impegno in processi di apprendimento.

Impatto sul processo decisionale, sulla fiducia in se stessi e sulla motivazione

Gli stati emotivi influenzano fortemente il modo in cui vengono prese le decisioni. Quando i giovani si sentono sopraffatti, insicuri o scoraggiati, sono più inclini a:

- Evitare di prendere decisioni
- Dubitare delle proprie capacità
- Arrendersi facilmente di fronte alle sfide
- Preferire il comfort a breve termine agli obiettivi a lungo termine

Una scarsa autostima porta spesso a un circolo vizioso in cui le persone non agiscono, il che a sua volta rafforza la loro convinzione di non essere capaci.

Anche la motivazione ne risente. Quando gli sforzi non sembrano portare a risultati, diventa più difficile rimanere coinvolti o credere che il cambiamento sia possibile.

La "trappola dell'identità NEET"

Una delle sfide emotive più critiche è lo sviluppo di un'identità negativa.

Il termine **"trappola dell'identità NEET"** si riferisce a una situazione in cui i giovani iniziano a definirsi in base al loro status attuale piuttosto che al loro potenziale. Etichette come "disoccupato", "non qualificato" o "inattivo" possono essere interiorizzate e influenzare il modo in cui le persone vedono se stesse.

Ciò può portare a:

- Convinzioni limitanti ("Non ne sono capace")

- Paura di provare cose nuove
- Rifiuto delle opportunità
- Una ridotta autostima

Nel tempo, questa identità può trasformarsi in un circolo vizioso, in cui la percezione dell'individuo gli impedisce di compiere i passi necessari per cambiare la propria situazione.

Perché l'educazione emotiva è essenziale prima della formazione per l'occupabilità

Prima di concentrarsi sulle competenze per l'occupabilità, come la stesura del CV, le strategie di ricerca del lavoro o la formazione tecnica, è essenziale affrontare la preparazione emotiva.

Senza resilienza emotiva:

- I giovani potrebbero non impegnarsi pienamente nei programmi di formazione
- Potrebbero avere difficoltà a gestire il rifiuto o il feedback
- Potrebbero rinunciare alle opportunità alla prima difficoltà

L'educazione emotiva aiuta le persone a:

- Comprendere e gestire le proprie emozioni
- Sviluppare fiducia in se stessi e consapevolezza di sé
- Sviluppare perseveranza e adattabilità
- Riconoscere il fallimento come parte del processo di apprendimento

Rafforzando innanzitutto la resilienza emotiva, i giovani NEET diventano più preparati a impegnarsi nell'apprendimento, ad assumersi dei rischi e a cogliere le opportunità con una mentalità più positiva e proattiva.

Messaggio chiave

La resilienza emotiva non è una competenza "in più": è una competenza fondamentale. Consente ai giovani di passare da uno stato di passività e incertezza a uno di azione, crescita e sviluppo personale.



Promuovere la consapevolezza dell'apprendimento

10

permanente tra i giovani NEET

2. Sfide affrontate dai giovani NEET

I giovani che non studiano, non lavorano e non seguono corsi di formazione (NEET) spesso devono affrontare una complessa combinazione di sfide emotive, sociali ed economiche. Queste sfide non sono solo esterne, ma anche profondamente interne, e influenzano il modo in cui pensano, sentono e agiscono.

Comprendere queste difficoltà è essenziale per progettare strategie di sostegno efficaci e aiutare i giovani ad andare avanti.

Bassa autostima e mancanza di autoefficacia

Molti giovani NEET lottano con una bassa autostima, il che significa che non si sentono sicuri del proprio valore o delle proprie capacità. Questo è spesso combinato con una mancanza di autoefficacia, ovvero la convinzione di essere in grado di raggiungere obiettivi o affrontare sfide.

Quando i giovani subiscono ripetutamente rifiuti, fallimenti o mancanza di opportunità, possono iniziare a credere:

- "Non sono abbastanza bravo"
- "Non ce la farò comunque"
- "Non ha senso provarci"

Questo modo di pensare riduce l'iniziativa e rende più difficile compiere il primo passo verso il cambiamento.

Esempio:

Un giovane potrebbe evitare di candidarsi per un lavoro perché presume che verrà rifiutato, ancora prima di provarci.

Paura del fallimento ed evitamento delle sfide

La paura del fallimento è un ostacolo importante. Invece di vedere gli errori come parte dell'apprendimento, molti giovani NEET associano il fallimento all'inadeguatezza personale.

Di conseguenza, potrebbero:

- Evitare nuove opportunità
- Rifiutarsi di provare attività che non conoscono
- Rimanere nella loro zona di comfort
- Rimandare decisioni importanti

L'evitamento diventa un meccanismo di difesa, ma a lungo termine rafforza la stagnazione e limita la crescita.

Esempio:

Un giovane potrebbe non partecipare a un seminario di formazione perché teme di non comprenderne i contenuti o di essere giudicato dagli altri.

Difficoltà a gestire la frustrazione

La frustrazione nasce quando le aspettative non corrispondono alla realtà. Per i giovani NEET, ostacoli ripetuti — come il rifiuto di un'offerta di lavoro o la mancanza di progressi — possono portare a un sovraccarico emotivo.

Senza adeguate strategie di coping, la frustrazione può provocare:

- Rabbia o irritabilità
- Rinuncia precoce
- Modelli di pensiero negativi
- Perdita di motivazione

Imparare a tollerare la frustrazione è un passo fondamentale per sviluppare la resilienza.

Esempio:

Dopo non aver ricevuto risposta a diverse candidature di lavoro, un giovane potrebbe smettere del tutto di provarci.

Sovraccarico emotivo dovuto a stress familiare o economico

Molti giovani NEET vivono in contesti caratterizzati da difficoltà finanziarie, pressioni familiari o condizioni di vita instabili.

Questi fattori possono creare una pressione emotiva costante, rendendo difficile concentrarsi sullo sviluppo personale o sulla pianificazione del futuro.

Tra gli effetti più comuni vi sono:

- Ansia per il futuro
- Sensazione di essere sopraffatti
- Difficoltà di concentrazione
- Affaticamento emotivo

Quando i bisogni primari o la stabilità non sono garantiti, diventa più difficile mantenere la resilienza emotiva.

Esempio:

Un giovane che vive in una famiglia economicamente instabile potrebbe sentirsi in dovere di contribuire, anche senza avere i mezzi o le opportunità per farlo.

Isolamento sociale e mancanza di reti di sostegno

I giovani NEET spesso sperimentano una ridotta interazione sociale, specialmente se non sono impegnati nella scuola, nel lavoro o in attività strutturate.

Ciò può portare a:

- Sentimenti di solitudine
- Mancanza di sostegno emotivo
- Riduzione delle opportunità di apprendimento dagli altri
- Reti professionali e sociali deboli

L'isolamento può anche rafforzare i pensieri negativi e limitare l'esposizione a modelli positivi o opportunità.

Esempio:

Un giovane che trascorre la maggior parte del tempo da solo a casa potrebbe perdere fiducia nelle situazioni sociali ed evitare di interagire con gli altri.

Riflessione chiave

Queste sfide sono interconnesse. Una bassa autostima può portare all'evitamento, che aumenta l'isolamento, il quale a sua volta rafforza le convinzioni negative.

Per questo motivo, la resilienza emotiva non si sviluppa affrontando un solo problema, ma comprendendo il contesto emotivo e sociale più ampio di ogni individuo.

Messaggio chiave

Dietro ogni giovane "inattivo" si nasconde spesso una combinazione di barriere emotive, non una mancanza di potenziale.

Riconoscere queste sfide è il primo passo verso la costruzione di fiducia, resilienza e coinvolgimento.

3. Strategie pratiche

3.1. Tecniche di autoregolazione emotiva

L'autoregolazione emotiva si riferisce alla capacità di riconoscere, comprendere e gestire le reazioni emotive in modo sano e costruttivo. Per i giovani NEET, lo sviluppo di queste competenze è essenziale per affrontare lo stress, la frustrazione e l'incertezza.

Le seguenti tecniche sono semplici, pratiche e possono essere applicate nella vita quotidiana, anche in situazioni di forte stress.

Esercizi di radicamento (metodo 5-4-3-2-1)

Di cosa si tratta:

Una tecnica che aiuta a riportare l'attenzione al momento presente concentrandosi sui sensi. È particolarmente utile nei momenti di ansia o di sopraffazione emotiva.

Quando utilizzarla:

- Quando ci si sente ansiosi o in preda al panico
- Quando si pensa troppo
- Perdita di concentrazione

Come procedere (passo dopo passo):

1. Elenca **5 cose che riesci a vedere**
2. Elenca **4 cose che puoi toccare**
3. Elenca **3 cose che riesci a sentire**
4. Nomina **2 cose che puoi annusare**
5. Nomina **1 cosa che puoi assaggiare**

Esempio:

Un giovane che si sente ansioso prima di un colloquio di lavoro può usare questa tecnica per calmarsi e ritrovare la concentrazione.

Perché funziona:

Distoglie l'attenzione dai pensieri negativi e ricollega la mente al momento presente.

Tecniche di respirazione**Di cosa si tratta:**

La respirazione controllata aiuta a regolare il sistema nervoso e a ridurre le reazioni allo stress.

Quando utilizzarla:

- Prima di situazioni stressanti
- Durante momenti di tensione emotiva
- Quando ci si sente sopraffatti

Come eseguire l'esercizio (tecnica di base):**Respirazione 4-4-6:**

1. Inspira attraverso il naso per 4 secondi
2. Trattieni il respiro per 4 secondi
3. Espira lentamente dalla bocca per 6 secondi
4. Ripeti per 2-3 minuti

Esempio:

Prima di inviare una candidatura di lavoro o partecipare a un workshop, questa tecnica aiuta a ridurre l'ansia.

Perché funziona:

La respirazione lenta segnala al cervello che il corpo è al sicuro, riducendo la risposta di "lotta o fuga".

Rilassamento muscolare progressivo

Che cos'è:

Una tecnica che consiste nel contrarre e rilassare diversi gruppi muscolari per allentare la tensione fisica.

Quando usarla:

- Stress fisico o tensione
- Difficoltà a dormire
- Dopo situazioni emotivamente intense

Come si esegue:

1. Inizia dai piedi — contrai i muscoli per 5 secondi
2. Rilassali per 10 secondi
3. Passa alle gambe, all'addome, alle braccia, alle spalle e al viso
4. Concentrati sulla differenza tra tensione e rilassamento

Esempio:

Dopo una giornata stressante o un'esperienza frustrante, questo esercizio aiuta il corpo a ritrovare uno stato di rilassamento.

Perché funziona:

Riduce i sintomi fisici dello stress e aumenta la consapevolezza del proprio corpo.

Il modello di intervento emotivo “STOP”

Di cosa si tratta:

Una semplice strategia mentale per interrompere le reazioni emotive impulsive e rispondere in modo più consapevole.

Quando utilizzarlo:

- Durante un conflitto
- Quando si prova rabbia o frustrazione
- Prima di reagire in modo impulsivo

Come farlo:

- **S – Fermati**
Fermati immediatamente. Non reagire.
- **T – Fai un respiro**
Usa una tecnica di respirazione per calmarti.
- **O – Osserva**
Presta attenzione a ciò che stai provando e pensando.
Chiediti: “Cosa sta succedendo dentro di me in questo momento?”
- **P – Procedi**
Scegli come reagire in modo calmo e costruttivo.

Esempio:

Un giovane che riceve un feedback negativo potrebbe provare rabbia. Invece di reagire in modo difensivo, usa STOP per fermarsi un attimo e rispondere con calma.

Perché funziona:

Crea uno spazio tra l'emozione e l'azione, consentendo un processo decisionale migliore.

Suggerimento di riflessione (per gli studenti)

Prova una di queste tecniche durante la settimana e rifletti:

- Quando l'hai utilizzata?
- Cosa provavi prima?
- Cosa è cambiato dopo?

Questo aiuta a sviluppare la consapevolezza e rafforza l'autocontrollo emotivo nel tempo.

Messaggio chiave

Gestire le emozioni non significa sopprimerle.
Significa comprenderle e scegliere come reagire.

3.2. Strumenti cognitivo-comportamentali

Gli strumenti cognitivo-comportamentali aiutano le persone a comprendere in che modo i propri pensieri influenzano le emozioni e i comportamenti. Per i giovani NEET, questi strumenti sono particolarmente utili per rompere i modelli di pensiero negativo che possono limitare la motivazione, la fiducia in sé stessi e l'azione.

L'obiettivo non è eliminare i pensieri negativi, ma riconoscerli, metterli in discussione e sostituirli con prospettive più equilibrate e costruttive.

Identificare i pensieri negativi automatici

Cosa sono:

I pensieri negativi automatici sono pensieri rapidi, spesso inconsci, che compaiono in risposta a determinate situazioni. Di solito sono pessimistici, autocritici e ripetitivi.

Esempi comuni includono:

- “Non sono abbastanza bravo”
- “Fallirò comunque”
- “Nessuno mi darà una possibilità”

Questi pensieri sembrano reali, ma spesso sono distorti e non si basano su prove oggettive.

Quando usarli:

- Quando ci si sente scoraggiati o ansiosi
- Dopo un rifiuto o un fallimento
- Quando si evitano le opportunità

Come identificarli:

1. Presta attenzione alla tua reazione emotiva (ad es. ansia, frustrazione)
2. Chiediti: *“Cosa sto pensando in questo momento?”*
3. Scrivi il pensiero esattamente così come ti viene in mente

Esempio:

Situazione: non ricevi risposta dopo aver fatto domanda per un lavoro

Pensiero: “Non hanno risposto perché non sono abbastanza bravo”

Emozione: Tristezza, frustrazione

Tecniche di riformulazione**Che cos'è:**

Riformulare significa cambiare il modo in cui interpreti una situazione guardandola da una prospettiva più equilibrata e realistica.

Non significa essere irrealisticamente positivi, ma essere equi e obiettivi.

Quando utilizzarlo:

- Quando ci si sente bloccati in pensieri negativi
- Quando ci si sente demotivati
- Dopo delle battute d'arresto

Come riformulare (passo dopo passo):

1. Identifica il pensiero negativo
2. Mettilo in discussione:
 - È vero al 100%?
 - Quali prove ho?
 - Esiste un'altra spiegazione?
3. Sostituiscilo con un pensiero più equilibrato

Esempio:

Situazione	Pensiero automat ico	Pensiero riformulato
Nessuna risposta alla candidatura	"Non sono abbasta nza bravo"	"Forse avevano molti candidati. Posso migliorare e riprovare"

Perché funziona:

La riformulazione riduce l'intensità emotiva e apre spazio all'azione invece che all'evitamento.

Costruire un dialogo interno per la resilienza

Che cos'è:

Il dialogo interno è il modo in cui parliamo a noi stessi. Può sostenere o sabotare la nostra fiducia e motivazione.

Un dialogo interno negativo rafforza la paura, il dubbio e l'inazione. Un dialogo interno costruttivo promuove la resilienza e la perseveranza.

Quando utilizzarlo:

- Prima di affrontare situazioni difficili
- Dopo errori o fallimenti
- Quando ci si sente insicuri

Come costruire un dialogo interiore resiliente:

Sostituisci il linguaggio autocritico con affermazioni incoraggianti e realistiche.

Esempi:

Dialogo interiore negativo

“Non ce la
posso
fare”

“Fallisco
sempre”

“Non ne
sono
capace”

Dialogo interiore resiliente

“È difficile, ma posso provarci passo
dopo passo”

“Questa volta non ci sono riuscito, ma
posso imparare da questo”

“Posso migliorare con la pratica”

Esercizio pratico (in formato foglio di lavoro)

Chiedi agli studenti di completare:

- Situazione: _____
- Cosa ho provato: _____
- Cosa ho pensato: _____
- Questo pensiero è vero al 100%? _____
- Pensiero alternativo: _____
- Nuova azione che posso intraprendere: _____

Riflessione chiave

I pensieri non sono fatti, sono interpretazioni.

Cambiando il nostro modo di pensare, cambiamo il modo in cui ci sentiamo e agiamo.

Messaggio chiave

Non puoi sempre controllare ciò che ti accade,
ma puoi imparare a controllare il modo in cui lo interpreti.

3.3. Competenze socio-emotive

Le competenze socio-emotive sono abilità essenziali che consentono alle persone di interagire efficacemente con gli altri, comprendere le emozioni (le proprie e quelle degli altri) e gestire le relazioni in modo sano.

Per i giovani NEET, lo sviluppo di queste competenze è particolarmente importante, poiché favoriscono la fiducia in sé stessi, la comunicazione, il lavoro di squadra e la capacità di muoversi negli ambienti sociali e professionali.

Assertività

Che cos'è:

L'assertività è la capacità di esprimere pensieri, sentimenti e bisogni in modo chiaro e rispettoso, senza essere passivi o aggressivi.

Perché è importante:

Molti giovani evitano di esprimersi (comportamento passivo) o reagiscono con frustrazione (comportamento aggressivo). L'assertività aiuta a trovare un approccio equilibrato.

Esempio:

- Passivo: «Va bene, non mi dispiace» (anche se non è vero)
- Aggressivo: «Questo è sbagliato, non mi ascolti mai!»
- Assertivo: «Vorrei esprimere la mia opinione ed essere ascoltato»

Esercizio pratico:

Chiedi agli studenti di riscrivere le frasi:

- "Non ci riesco" → _____
- "Ti sbagli" → _____

Obiettivo: trasformare in comunicazione assertiva.

Empatia**Che cos'è:**

L'empatia è la capacità di comprendere e condividere i sentimenti di un'altra persona.

Perché è importante:

L'empatia aiuta a costruire fiducia, migliorare le relazioni e ridurre i conflitti. Inoltre, permette ai giovani di comprendere meglio le diverse prospettive.

Esempio:

Un amico annulla i programmi all'ultimo minuto.

Invece di reagire con rabbia, l'empatia permette di capire che forse sta affrontando delle difficoltà personali.

Esercizio pratico:

Riflessione sullo scenario:

- Cosa potrebbe provare questa persona?
- Perché potrebbe comportarsi in questo modo?
- Come risponderesti con empatia?

Ascolto attivo

Che cos'è:

L'ascolto attivo significa concentrarsi completamente su chi parla, comprendere il suo messaggio e rispondere in modo ponderato.

Perché è importante:

Molti conflitti nascono perché le persone non si sentono ascoltate. L'ascolto attivo migliora la comunicazione e rafforza le relazioni.

Elementi chiave:

- Mantenere il contatto visivo
- Evitare di interrompere
- Mostrare comprensione (ad es. annuire, dare risposte brevi)
- Riflettere ciò che è stato detto

Esempio:

Invece di:

“Lo so, succede sempre anche a me...”

Prova:

“Quindi ti senti frustrato perché le cose non sono andate come previsto, giusto?”

Esercizio pratico:

Attività in coppia:

- La persona A parla per 2 minuti di una sfida
- La persona B ascolta senza interrompere
- La persona B riassume ciò che ha sentito

Gestione dei conflitti

Che cos'è:

La gestione dei conflitti è la capacità di gestire i disaccordi in modo costruttivo e rispettoso.

Perché è importante:

I conflitti fanno parte della vita quotidiana. Imparare a gestirli previene l'escalation e favorisce la risoluzione dei problemi.

Reazioni comuni al conflitto:

- Evitamento
- Aggressività
- Accettazione passiva

Approccio costruttivo:

1. Mantieni la calma
2. Ascolta l'altra persona
3. Esprimi chiaramente il tuo punto di vista
4. Concentrati sulle soluzioni, non sulle colpe

Esempio:

Invece di dire:

“Non mi aiuti mai!”

Prova a dire:

“Mi sento sopraffatto e apprezzerai un maggiore sostegno in questo compito.”

Esercizio pratico:

Simulazione di un conflitto:

- Scenario: disaccordo in un progetto di gruppo
- Gli studenti si esercitano a esprimere i propri bisogni e a trovare una soluzione

Riflessione chiave

Forti competenze socio-emotive migliorano non solo le relazioni, ma anche l'occupabilità.

I datori di lavoro apprezzano la comunicazione, il lavoro di squadra e l'intelligenza emotiva tanto quanto le competenze tecniche.

Messaggio chiave

Comprendere se stessi aiuta a comprendere gli altri.

E comprendere gli altri ti aiuta a creare migliori opportunità.

4. Integrazione in un PLE

Un Ambiente di Apprendimento Personale (PLE) è un insieme di strumenti digitali, risorse e strategie che le persone utilizzano per gestire il proprio apprendimento. L'integrazione della resilienza emotiva in un PLE consente ai giovani NEET di monitorare attivamente il proprio benessere emotivo, sviluppando al contempo competenze per la crescita personale e professionale.

Questa integrazione trasforma l'apprendimento emotivo da concetto teorico a processo continuo e autogestito.

Utilizzare gli spazi digitali per monitorare i progressi emotivi

Gli strumenti digitali possono aiutare i giovani a diventare più consapevoli dei propri schemi emotivi nel tempo. Registrando regolarmente come si sentono, possono identificare fattori scatenanti, reazioni e progressi.

Esempi di pratiche digitali:

- Monitoraggio quotidiano dell'umore tramite app o semplici registri digitali
- Registrazione delle reazioni emotive a situazioni specifiche (ad es. candidature di lavoro, interazioni sociali)
- Annotazione dei cambiamenti nei livelli di stress nel tempo

Questo processo incoraggia la consapevolezza di sé e aiuta le persone a comprendere in che modo le loro emozioni influenzano il loro comportamento.

Creazione di un "Resilience Dashboard"

Un Dashboard della resilienza è un semplice sistema visivo all'interno del PLE in cui gli studenti possono monitorare gli aspetti chiave del proprio sviluppo emotivo.

Può includere:

- Stato emotivo attuale (giornaliero o settimanale)
- Indicatori del livello di stress
- Obiettivi personali (ad es. "candidarmi per 3 lavori questa settimana")
- Strategie di coping utilizzate (ad es. respirazione, radicamento)
- Monitoraggio dei progressi (cosa è migliorato nel tempo)

La dashboard può essere creata utilizzando strumenti quali:

- Bacheche digitali (ad es. Notion, Trello)
- Semplici fogli di calcolo
- Piattaforme di apprendimento personalizzate

L'obiettivo è fornire una chiara panoramica dei progressi sia emotivi che comportamentali, rendendo visibili i miglioramenti e motivando gli utenti.

Cura delle risorse per il benessere emotivo

Una componente chiave di una PLE è la capacità di raccogliere e organizzare risorse utili.

Gli studenti dovrebbero essere incoraggiati a costruire la propria raccolta di materiali, come ad esempio:

- Video sulla gestione dello stress e sulle competenze emotive
- Esercizi guidati (respirazione, rilassamento, riflessione)
- Articoli o brevi letture sulla resilienza
- Link a strumenti digitali e app

Curando le proprie risorse, gli studenti assumono il controllo del proprio processo di apprendimento e creano un sistema di supporto personalizzato a cui possono accedere in qualsiasi momento.

Utilizzo dei diari di riflessione all'interno del PLE

La scrittura di un diario di riflessione è uno dei modi più efficaci per sviluppare la consapevolezza emotiva e la resilienza.

All'interno del PLE, gli studenti possono tenere un diario digitale in cui riflettere regolarmente sulle proprie esperienze.

Suggerimenti:

- Cosa ho provato oggi?
- Cosa ha scatenato questa emozione?
- Come ho reagito?
- Cosa potrei fare diversamente la prossima volta?
- Cosa ho imparato da questa situazione?

Questa pratica favorisce una comprensione più profonda di sé e aiuta a trasformare le esperienze in opportunità di apprendimento.

Collegare le competenze emotive allo sviluppo personale e professionale

L'integrazione della resilienza emotiva in un PLE non dovrebbe essere isolata dagli altri obiettivi di apprendimento. Al contrario, dovrebbe essere direttamente collegata all'occupabilità e allo sviluppo personale.

Ad esempio:

- Prima di un colloquio di lavoro, gli studenti possono utilizzare le tecniche di respirazione registrate nel loro PLE
- Dopo un rifiuto, possono riflettere sulle emozioni e applicare la riformulazione cognitiva
- Durante la formazione, possono monitorare i livelli di stress e applicare strategie di autoregolazione

Questo collegamento garantisce che le competenze emotive vengano applicate in situazioni di vita reale, rendendole più significative ed efficaci.

Riflessione chiave

Un PLE non è solo una raccolta di strumenti. È un sistema personale per la crescita.

Quando la resilienza emotiva viene integrata in esso, l'apprendimento diventa più consapevole, strutturato e sostenibile.

Messaggio chiave

La gestione delle emozioni e quella dell'apprendimento dovrebbero andare di pari passo.

Un PLE ben progettato aiuta i giovani ad assumere il controllo di entrambi.

5. Approccio pedagogico agli strumenti di IA

WYSA (versione gratuita)

Tipo: Chatbot AI per la salute mentale

Costo: disponibile in versione gratuita

Cosa fa:

Wysa offre uno spazio di chat sicuro e anonimo dove gli utenti possono esprimere le proprie emozioni, esplorare i fattori di stress e ricevere suggerimenti emotivi guidati dall'IA.

Perché è adatto ai giovani NEET:

- Permette loro di parlare dello stress senza essere giudicati
- Accessibile su dispositivi mobili e molto intuitivo
- Fornisce semplici esercizi cognitivo-comportamentali
- Incoraggia la riflessione emotiva
- Aiuta a ridurre l'ansia prima delle attività di ricerca di lavoro

Approccio educativo:

Wysa può essere utilizzata come introduzione all'alfabetizzazione emotiva: i giovani imparano a dare un nome alle emozioni, a individuare i fattori scatenanti e a riflettere sulle risposte allo stress. Supporta l'obiettivo del modulo di sviluppare l'autoconsapevolezza emotiva e la resilienza.

Smiling Mind

Breve descrizione

Smiling Mind è un'applicazione gratuita dedicata alla consapevolezza e al benessere mentale, progettata per favorire la regolazione emotiva, la riduzione dello stress e lo sviluppo personale. Offre sessioni di meditazione guidata,

programmi strutturati ed esercizi pratici su misura per diverse fasce d'età e situazioni di vita.

Funzionalità principali

- Sessioni di meditazione guidata (brevi e facili da seguire)
- Programmi strutturati di mindfulness (routine quotidiane)
- Esercizi di respirazione e rilassamento
- Strumenti per monitorare i progressi e la consapevolezza emotiva
- Accesso offline alle sessioni (dopo il download)
- Contenuti specifici per età, inclusi programmi dedicati ai giovani

Valore educativo (perché aiuta i NEET)

Smiling Mind favorisce lo sviluppo della resilienza emotiva fornendo strumenti pratici che aiutano i giovani a gestire lo stress, l'ansia e i pensieri negativi.

Per i giovani NEET, l'app è particolarmente utile perché:

- Presenta tecniche semplici e alla portata di tutti per l'autoregolazione emotiva
- Aiuta a costruire routine quotidiane, che spesso vengono a mancare nei periodi di disoccupazione
- Migliora la concentrazione, la lucidità e la consapevolezza emotiva
- Rafforza la fiducia in sé stessi e riduce l'ansia in situazioni come la ricerca di lavoro o la partecipazione a corsi di formazione

L'app è in linea con gli obiettivi di questo modulo in quanto promuove la stabilità emotiva, la consapevolezza di sé e uno sviluppo personale costante.

Considerazioni sull'accessibilità

- È gratuita, il che la rende accessibile agli utenti con risorse finanziarie limitate
- Disponibile su dispositivi mobili (Android e iOS)
- Interfaccia semplice e intuitiva, adatta ai principianti
- Sessioni brevi (5–10 minuti) che si inseriscono facilmente nella routine quotidiana
- Richiede una connessione Internet per il download iniziale (alcuni contenuti sono disponibili offline)

Rischi e limiti

- Richiede autodisciplina per un uso regolare
- Personalizzazione limitata rispetto ad alcune app a pagamento più avanzate
- Alcuni utenti potrebbero trovare la meditazione difficile all'inizio
- Non sostituisce il supporto psicologico professionale quando necessario

Medito

Breve descrizione

Medito è un'app gratuita e senza scopo di lucro dedicata alla meditazione e alla consapevolezza, progettata per favorire il benessere emotivo, ridurre lo stress e migliorare la lucidità mentale. Offre meditazioni guidate, corsi ed esercizi pratici incentrati sullo sviluppo della consapevolezza, della calma e dell'equilibrio emotivo.

Funzionalità principali

- Sessioni di meditazione guidata (da principiante a livello avanzato)
- Corsi strutturati (stress, ansia, sonno, concentrazione)

- Esercizi di respirazione e tecniche di rilassamento
- Contenuti di supporto al sonno (storie, paesaggi sonori)
- Monitoraggio dei progressi e cronologia delle sessioni
- Accesso offline ai contenuti scaricati

Valore educativo (perché aiuta i NEET)

Medito aiuta i giovani NEET a sviluppare la resilienza emotiva offrendo strumenti pratici per gestire lo stress, l'ansia e gli stati emotivi negativi.

Il suo valore educativo include:

- Supporto all'autoregolazione emotiva attraverso la pratica guidata
- Aiutare gli utenti a costruire routine quotidiane e disciplina
- Incoraggiare la consapevolezza di sé e la riflessione
- Migliorare la concentrazione e la lucidità mentale
- Fornire strumenti per affrontare l'incertezza e la frustrazione

Per i giovani che affrontano situazioni di instabilità o mancanza di struttura, Medito offre un modo semplice per introdurre calma, concentrazione e coerenza nella vita quotidiana.

Considerazioni sull'accessibilità

- Completamente gratuito e senza scopo di lucro (nessun costo nascosto)
- Disponibile su Android e iOS
- Interfaccia intuitiva adatta ai principianti
- Contenuti progettati per diversi livelli di esperienza
- Sessioni brevi (5–15 minuti) adattabili alla routine quotidiana
- Richiede una connessione Internet per il download, ma le sessioni possono essere utilizzate offline

Rischi e limiti

- Richiede costanza e motivazione per vedere i risultati
- Alcuni utenti potrebbero trovare la meditazione impegnativa all'inizio

- Interazione limitata (nessun feedback o coaching in tempo reale)
- Non sostituisce il supporto professionale per la salute mentale



B. STRUMENTI TECNOLOGICI DIGITALI AUSILIARI APPLICABILI

Promuovere la consapevolezza dell'apprendimento permanente tra i giovani NEET **FALLYNEETS**

2025-1-PT02-KA210-YOU-000361656



Co-funded by the
European Union

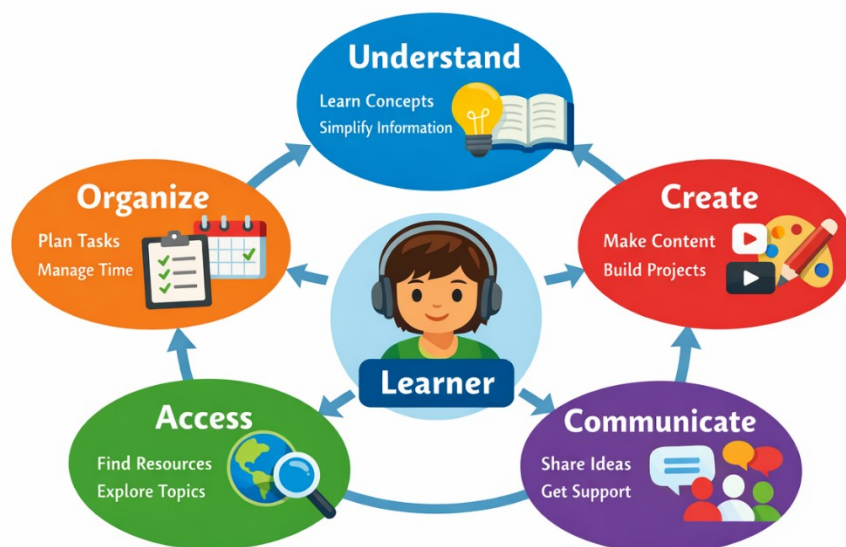
Finanziato dall'Unione Europea. Le opinioni e i punti di vista espressi sono tuttavia esclusivamente quelli degli autori e non riflettono necessariamente quelli dell'Unione Europea o dell'Agenzia esecutiva per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione Europea né l'EACEA possono essere ritenute responsabili per essi.

1. Quadro concettuale

Gli strumenti tecnologici digitali ausiliari sono risorse digitali di supporto che aiutano gli studenti ad accedere, organizzare, comprendere, creare e condividere informazioni in modo più efficace. Nel contesto del progetto FALLYNEETS, questi strumenti non sono intesi come applicazioni isolate, ma come facilitatori pratici dell'autonomia nell'apprendimento, della partecipazione digitale e dell'occupabilità. La loro funzione principale è quella di ridurre le barriere che spesso impediscono ai giovani NEET di impegnarsi nell'istruzione, nella formazione e nello sviluppo autonomo.

Per i giovani NEET, la tecnologia può diventare un ponte tra la motivazione personale e l'azione concreta. Quando gli strumenti sono intuitivi e pertinenti alle esigenze quotidiane, aiutano gli studenti a pianificare i compiti, semplificare i contenuti difficili, comunicare con gli altri, acquisire fiducia e assumere gradualmente il controllo del proprio percorso di apprendimento. Questo passaggio dal consumo passivo alla partecipazione attiva è essenziale in un Ambiente di Apprendimento Personale (PLE), dove lo studente è incoraggiato a fare delle scelte, fissare degli obiettivi e riflettere sui propri progressi.

L'alfabetizzazione digitale è quindi una competenza fondamentale del XXI secolo. Comprende non solo la capacità di utilizzare dispositivi e piattaforme, ma anche la capacità di cercare informazioni, valutarne l'affidabilità, comunicare in modo responsabile, gestire l'identità digitale e utilizzare gli strumenti online in modo significativo. Per i NEET, l'alfabetizzazione digitale è strettamente legata all'inclusione sociale e all'occupabilità, poiché l'accesso alle opportunità di apprendimento e di lavoro dipende sempre più dalla fiducia nel digitale e dall'uso critico della tecnologia.



Per questo motivo, l'approccio FALLYNEETS dà priorità a strumenti adattivi, inclusivi e di facile utilizzo. Gli strumenti ausiliari dovrebbero essere accessibili a studenti con diversi livelli di sicurezza, alfabetizzazione ed esperienza digitale. Dovrebbero inoltre supportare diversi stili di apprendimento, fornire interfacce chiare e consentire agli studenti di progredire passo dopo passo. In questo senso, la tecnologia non è fine a se stessa; è un mezzo per consentire ai giovani di partecipare più attivamente all'apprendimento permanente e di costruire percorsi realistici verso l'occupazione e lo sviluppo personale.

L'importanza di strumenti adattivi, inclusivi e di facile utilizzo è particolarmente evidente quando si lavora con giovani che potrebbero aver vissuto un disimpegno scolastico, una scarsa autostima, percorsi formativi interrotti o esperienze negative con i sistemi formali. Se uno strumento digitale è troppo complesso, troppo ricco di testo o visivamente opprimente, può rapidamente trasformarsi in un ulteriore ostacolo anziché in un supporto. Per questo motivo, gli strumenti dovrebbero essere progettati o selezionati in modo tale da ridurre le barriere all'accesso fin dall'inizio. Una navigazione semplice, chiarezza visiva, istruzioni intuitive e un numero limitato di funzioni essenziali aiutano gli studenti a concentrarsi sul compito stesso piuttosto che sul cercare di capire la piattaforma.

Anche l'adattabilità è essenziale perché non tutti gli studenti partono dallo stesso punto. Alcuni potrebbero aver bisogno di un linguaggio semplificato, altri potrebbero trarre beneficio da una guida visiva, dal supporto audio, dalla

ripetizione o da più tempo per completare un compito. Uno strumento adattivo rende possibile personalizzare l'esperienza di apprendimento senza stigmatizzare lo studente. Permette a ogni giovane di interagire con i contenuti a un ritmo appropriato e in base alle proprie esigenze individuali, il che aumenta sia la partecipazione che la perseveranza.

L'inclusività significa molto più che fornire l'accesso a un dispositivo o a una connessione Internet. Significa creare opportunità di apprendimento digitale che siano realmente fruibili da persone con diverse abilità, background e preferenze. Gli strumenti inclusivi rispettano la diversità nei livelli di alfabetizzazione, nelle competenze linguistiche, negli stili cognitivi e nella motivazione. Contribuiscono a garantire che gli studenti non vengano esclusi perché i contenuti sono troppo difficili da leggere, le istruzioni sono poco chiare o l'interfaccia presuppone competenze digitali che potrebbero non avere ancora.

Gli strumenti di facile utilizzo sono importanti anche dal punto di vista motivazionale. Quando gli studenti ottengono un successo iniziale con una risorsa digitale, sono più propensi a continuare a esplorare, sperimentare e sviluppare autonomia. Una prima esperienza positiva può rafforzare la fiducia e ridurre la paura del fallimento. Nel tempo, ciò contribuisce a un rapporto più responsabilizzante con la tecnologia, in cui gli strumenti digitali non sono visti come fonti di stress, ma come compagni pratici per l'apprendimento, la comunicazione e lo sviluppo personale.

Infine, gli strumenti adattivi e inclusivi favoriscono l'equità all'interno dell'Ambiente di Apprendimento Personale (PLE). Essi consentono a ogni studente di costruire un PLE che sia funzionale, realistico e personalmente significativo. In questo modo, la facilità d'uso non è un dettaglio tecnico secondario, ma una condizione pedagogica per la partecipazione, l'autonomia e l'impegno a lungo termine nell'apprendimento permanente.



2. Le sfide dei NEET nell'apprendimento digitale

Molti giovani NEET devono affrontare ostacoli significativi quando entrano negli ambienti di apprendimento digitale, e questi ostacoli sono spesso interconnessi piuttosto che isolati. L'esclusione digitale non è semplicemente una questione di mancanza di dispositivi o di accesso a Internet; comporta anche ostacoli emotivi, cognitivi e motivazionali che influenzano il modo in cui gli studenti si avvicinano alla tecnologia.

Per i giovani che potrebbero aver già sperimentato il disimpegno scolastico, la disoccupazione o ripetute battute d'arresto, l'apprendimento digitale può essere facilmente percepito come un altro spazio impegnativo in cui rischiano il fallimento, la confusione o il giudizio. Per questo motivo, comprendere le sfide specifiche affrontate dagli studenti NEET è essenziale quando si progettano esperienze di apprendimento digitale significative e di supporto.

Una delle difficoltà più comuni è quella di sentirsi sopraffatti da piattaforme complesse. Molti strumenti didattici sono progettati con menu multipli, funzioni a più livelli, notifiche e percorsi di navigazione che presuppongono un certo livello di familiarità digitale pregressa. Per uno studente con scarsa fiducia in sé stesso o poca esperienza, questa complessità può creare un'ansia immediata. Invece di concentrarsi sugli obiettivi di apprendimento, l'attenzione dello studente è assorbita dal tentativo di capire dove cliccare, come procedere o come evitare di commettere errori.

Ciò può portare rapidamente a frustrazione, passività o ritiro. In pratica, ciò che può sembrare un problema minore di usabilità può diventare un ostacolo importante alla partecipazione. Ecco perché il primo contatto con le piattaforme digitali dovrebbe essere attentamente strutturato, con punti di accesso semplici, chiarezza visiva e una progressione graduale dalle funzioni di base a quelle più avanzate.

Una seconda sfida riguarda la mancanza di capacità organizzative, che influisce sulla capacità di pianificare, stabilire le priorità e mantenere l'impegno nel tempo. Molti studenti NEET hanno difficoltà a strutturare i compiti, monitorare le scadenze o mantenere una routine di apprendimento costante, specialmente quando lavorano in modo indipendente. Negli ambienti digitali, dove le informazioni e le responsabilità sono spesso disperse su piattaforme diverse, questa mancanza di struttura può diventare ancora più problematica.

Gli studenti possono iniziare compiti senza portarli a termine, dimenticare passaggi importanti o sentirsi persi in assenza di una tabella di marcia visibile. Questo non è necessariamente un segno di scarsa motivazione, ma spesso di un supporto insufficiente alle funzioni esecutive. Gli strumenti digitali ausiliari possono essere particolarmente preziosi in questo caso, quando aiutano gli studenti a suddividere compiti di grandi dimensioni in passaggi più piccoli, a visualizzare i progressi e a sviluppare routine che rendono l'apprendimento più concreto e gestibile.



La scarsa fiducia quando si sperimentano nuovi strumenti è un altro ostacolo importante. Molti studenti NEET si avvicinano agli ambienti digitali con il timore di “fare qualcosa di sbagliato”, cliccare sul pulsante sbagliato, perdere informazioni o semplicemente rivelare di non sapere come usare correttamente lo strumento.

Questa paura è spesso legata a precedenti esperienze educative negative e può creare un modello di evitamento. Invece di esplorare e imparare attraverso tentativi ed errori, lo studente potrebbe esitare, attendere continue rassicurazioni o disimpegnarsi completamente. La fiducia non è quindi una questione secondaria, ma una condizione centrale per la partecipazione digitale. Gli approcci educativi dovrebbero normalizzare esplicitamente la

sperimentazione, gli errori e i tentativi ripetuti come parte del processo di apprendimento. Quando gli studenti sperimentano piccoli successi, supportati, con un nuovo strumento, iniziano ad associare la tecnologia alle possibilità piuttosto che al fallimento.

Anche la paura del sovraccarico di informazioni è molto rilevante nei contesti di apprendimento digitale. Gli ambienti online presentano agli studenti un flusso costante di informazioni, link, pop-up, video, istruzioni e risorse suggerite. Sebbene l'abbondanza possa sembrare un vantaggio, per molti studenti NEET crea confusione, distrazione e affaticamento cognitivo. Gli studenti possono avere difficoltà a identificare ciò che è essenziale, ciò che è facoltativo e ciò che è affidabile.

Di conseguenza, possono passare da una risorsa all'altra senza impegnarsi pienamente con nessuna di esse, oppure possono smettere del tutto perché il volume di informazioni sembra ingestibile. Un supporto digitale efficace non dovrebbe quindi limitarsi a fornire più contenuti, ma aiutare gli studenti a filtrare, semplificare, sintetizzare e dare priorità alle informazioni, in modo che l'apprendimento rimanga mirato e realizzabile.

Un'altra sfida importante è la difficoltà nel giudicare l'affidabilità delle fonti online. I giovani spesso cercano informazioni online pensando alla rapidità e alla comodità, ma possono non disporre degli strumenti critici necessari per valutare l'accuratezza, la parzialità, la paternità o la credibilità.

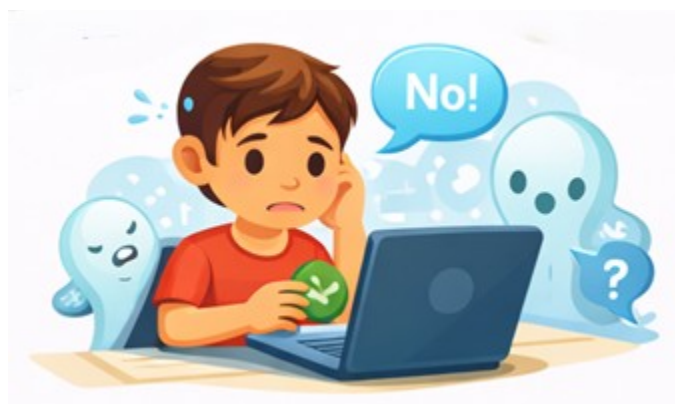
Possono imbattersi in disinformazione, contenuti manipolatori, influenze commerciali o output generati dall'intelligenza artificiale che sembrano convincenti ma sono incompleti o falsi. Senza un supporto guidato, gli studenti possono facilmente accettare come valide informazioni inaffidabili, specialmente quando sono presentate in uno stile raffinato o sicuro. Per questo motivo, l'alfabetizzazione digitale critica deve essere sviluppata parallelamente alle competenze tecniche.

Gli studenti hanno bisogno di opportunità per confrontare le fonti, chiedersi chi ha prodotto un'informazione, identificare i segnali di allarme e comprendere che non tutto ciò che si trova online è ugualmente affidabile. Ciò è particolarmente importante in un'era in cui i contenuti generati dall'IA sono sempre più comuni e in cui la capacità di valutare le informazioni è diventata una competenza fondamentale.



Queste sfide non dovrebbero essere interpretate come carenze personali, ma come segnali che l'apprendimento digitale deve essere progettato con maggiore sensibilità alla diversità degli studenti. Gli studenti NEET spesso necessitano di strumenti e approcci pedagogici che riducano la pressione, aumentino la chiarezza e creino opportunità di successo.

Un ambiente di apprendimento digitale di supporto non presuppone fiducia, organizzazione o alfabetizzazione critica fin dall'inizio; al contrario, aiuta a costruirle progressivamente. In questo senso, gli strumenti tecnologici digitali ausiliari sono più efficaci quando non si limitano a fornire accesso: devono anche ridurre la complessità dell'esperienza digitale, rafforzare la fiducia in se stessi e sostenere gli studenti nel diventare partecipanti più autonomi, critici e coinvolti nel proprio processo di apprendimento.



3. Categorie di strumenti

Gli strumenti digitali possono essere raggruppati in diverse categorie in base al tipo di supporto che forniscono all'interno dell'Ambiente di Apprendimento Personale.

Questa classificazione aiuta gli studenti e gli educatori a comprendere che non tutti gli strumenti hanno lo stesso scopo. Alcuni strumenti sono utili principalmente per organizzare i compiti e gestire l'apprendimento, mentre altri supportano la creatività, la comunicazione, l'autovalutazione o l'accessibilità. Considerare le risorse digitali per categorie rende più facile scegliere lo strumento giusto per l'esigenza giusta ed evita che gli studenti si sentano sopraffatti da troppe opzioni.

Per i giovani NEET, questo approccio strutturato è particolarmente importante. Quando gli strumenti vengono presentati in modo chiaro e mirato, gli studenti possono comprendere meglio come ciascuno di essi contribuisca al loro progresso.

Invece di vedere la tecnologia come un insieme confuso di app e piattaforme, iniziano a riconoscerla come una serie di supporti pratici che possono aiutarli a pianificare, imparare, creare, connettersi e crescere. In questo senso, le categorie di strumenti non solo organizzano le risorse digitali, ma rendono anche l'Ambiente di Apprendimento Personale più comprensibile, più fruibile e più pertinente agli obiettivi dello studente.

Le sezioni seguenti presentano le principali categorie di strumenti tecnologici digitali ausiliari che possono essere integrati nell'approccio didattico FALLYNEETS. Ogni categoria risponde a una specifica funzione educativa e può aiutare a ridurre le barriere rafforzando al contempo l'autonomia, la motivazione e la competenza digitale.



3.1. Strumenti di produttività e apprendimento

Gli strumenti di produttività e apprendimento svolgono un ruolo centrale nell'aiutare gli studenti a organizzare le informazioni, gestire i compiti e creare una struttura nel loro processo di apprendimento quotidiano.

Nel contesto del progetto FALLYNEETS, questi strumenti sono particolarmente rilevanti perché molti giovani NEET non hanno difficoltà solo con i contenuti in sé, ma anche con il processo di organizzarsi, mantenere la concentrazione e trasformare le intenzioni in azioni. L'apprendimento può spesso sembrare astratto o opprimente quando gli obiettivi non sono chiaramente strutturati. Gli strumenti di produttività aiutano a rendere il processo visibile, pratico e realizzabile.

Per i giovani NEET, questi strumenti sono particolarmente preziosi perché trasformano obiettivi vaghi o lontani in azioni concrete. Uno studente potrebbe individuare un obiettivo generico come «migliorare la propria occupabilità», ma senza un sostegno adeguato tale obiettivo rischia di rimanere troppo generico per poter essere messo in pratica.

Gli strumenti di produttività aiutano a suddividere questo grande obiettivo in passaggi più piccoli e realistici, come aggiornare un CV, identificare i propri punti di forza, cercare un corso di formazione, prepararsi per un colloquio o completare un compito online al giorno. Questo passaggio da un'intenzione astratta a un'azione gestibile è essenziale per costruire fiducia e mantenere l'impegno.

Questi strumenti supportano anche l'autogestione, che è uno degli obiettivi principali di un Ambiente di Apprendimento Personale (PLE). Un PLE non è solo una raccolta di risorse, ma un quadro di riferimento attraverso il quale gli studenti assumono gradualmente la responsabilità del proprio processo di apprendimento. Utilizzando bacheche delle attività, promemoria, calendari, liste di controllo e strumenti di monitoraggio dei progressi, gli studenti possono vedere cosa hanno già completato, cosa richiede ancora attenzione e

quale dovrebbe essere il passo successivo. Questa chiarezza visiva e procedurale riduce l'incertezza e fa sentire l'apprendimento più controllato e meno intimidatorio.

Un'altra funzione importante degli strumenti di produttività e apprendimento è quella di rafforzare le capacità esecutive. Molti giovani hanno bisogno di supporto non solo nello svolgimento dei compiti, ma anche nella loro pianificazione, sequenzializzazione e perseveranza nel tempo. Gli strumenti digitali possono aiutare esternando l'organizzazione. Invece di tenere tutto a memoria, gli studenti possono affidarsi a un sistema che ricorda loro le scadenze, archivia le informazioni e mostra le priorità. Questo riduce il carico cognitivo e permette agli studenti di concentrare più energie sulla comprensione e sul completamento dei compiti piuttosto che sul ricordare cosa dovrebbero fare dopo.

Questi strumenti sono anche molto utili per costruire delle routine. Per gli studenti che hanno vissuto discontinuità nell'istruzione o strutture quotidiane instabili, può essere difficile stabilire una routine. Gli strumenti di produttività introducono un senso di ritmo e prevedibilità. Ad esempio, controllare una bacheca delle attività all'inizio della giornata, segnare una fase completata o rivedere un obiettivo settimanale può aiutare gli studenti a sviluppare abitudini che favoriscono la costanza. Nel tempo, queste azioni ripetute possono rafforzare l'autonomia e contribuire a un rapporto più positivo con l'apprendimento.

Inoltre, gli strumenti di produttività e apprendimento possono aumentare la motivazione perché rendono visibili i progressi. Quando gli studenti possono vedere i compiti completati, le liste di controllo aggiornate o il passaggio da una fase all'altra, sono più propensi a provare un senso di realizzazione. Ciò è particolarmente importante per gli studenti NEET, che potrebbero aver bisogno di frequenti rinforzi per ricostruire la fiducia in se stessi e la perseveranza. Piccoli successi visibili possono avere un forte effetto motivazionale e aiutare gli studenti a comprendere che i progressi si ottengono attraverso uno sforzo graduale piuttosto che una perfezione immediata.



Esempi di strumenti di produttività e apprendimento includono le bacheche Trello, i calendari digitali, le applicazioni per le liste di cose da fare, i documenti condivisi, gli strumenti per prendere appunti e semplici agende. Questi strumenti possono essere utilizzati singolarmente o in combinazione, a seconda delle esigenze dello studente e del suo livello di familiarità con il digitale. Per i principianti, una struttura molto semplice è solitamente più efficace di un sistema complesso. Una bacheca con tre colonne come "Da fare", "In corso" e "Fatto", o una checklist giornaliera con un numero limitato di attività, può essere sufficiente per creare chiarezza e sostenere l'azione.

Il valore educativo di questi strumenti va quindi oltre la gestione delle attività. Aiutano gli studenti a sviluppare abitudini di pianificazione, capacità di stabilire le priorità, strategie di autocontrollo e un senso di orientamento più forte. Favoriscono inoltre la riflessione, poiché gli studenti possono rivedere come hanno impiegato il loro tempo, quali attività sono state completate e quali ostacoli hanno reso più difficile il progresso. In questo modo, gli strumenti di produttività e di apprendimento contribuiscono non solo all'efficienza, ma anche alla consapevolezza di sé e all'autonomia dello studente.

Da un punto di vista pedagogico, è importante che questi strumenti vengano introdotti gradualmente e utilizzati con uno scopo chiaro. L'obiettivo non è quello di esporre gli studenti al maggior numero possibile di strumenti digitali, ma di aiutarli ad adottare alcune risorse pratiche che supportino realmente il loro apprendimento. Se utilizzati in modo

semplice, guidato e significativo, gli strumenti di produttività e di apprendimento possono diventare una base stabile all'interno dell'Ambiente di Apprendimento Personale, aiutando gli studenti NEET a passare dall'incertezza e dalla frammentazione verso la struttura, la continuità e un progresso realizzabile.



3.2. Strumenti di creatività

Gli strumenti di creatività consentono agli studenti di trasformare idee, conoscenze ed esperienze personali in risultati visibili e significativi come poster, presentazioni, brevi video, mappe mentali, storie digitali, sintesi visive o semplici portfolio. Nell'ambito del progetto FALLYNEETS, questi strumenti sono particolarmente importanti perché aiutano gli studenti ad andare oltre il consumo passivo di informazioni e a diventare creatori attivi di contenuti. Questo cambiamento è significativo dal punto di vista pedagogico: quando gli studenti creano qualcosa di proprio, non solo utilizzano strumenti digitali, ma interpretano anche le informazioni, compiono scelte, esprimono la propria identità e costruiscono significato.

Per i giovani NEET, gli strumenti creativi possono essere altamente motivanti perché favoriscono l'espressione, la sperimentazione e il senso di appartenenza. Molti studenti possono sentirsi distaccati dai formati educativi tradizionali che si basano fortemente su testi lunghi, scrittura formale o spiegazioni astratte. Gli strumenti digitali creativi offrono modi alternativi di interagire con i contenuti, rendendo l'apprendimento più accessibile e

più rilevante a livello personale. Attraverso il design, le immagini, i video, i colori, l'impaginazione e la narrazione visiva, gli studenti possono comunicare le idee in modi che risultano più naturali, coinvolgenti e realizzabili. Ciò è particolarmente prezioso per coloro che potrebbero avere difficoltà con la fiducia in sé stessi, l'alfabetizzazione o precedenti esperienze negative in contesti di apprendimento formale.

Questi strumenti sono anche fortemente legati alla voce e all'identità dello studente. La produzione creativa permette ai giovani di rappresentare i propri interessi, obiettivi, opinioni ed esperienze in una forma tangibile. Uno studente può progettare un poster motivazionale sulle proprie ambizioni future, preparare una presentazione visiva sulle competenze per l'occupabilità, creare un breve video che presenti i propri punti di forza o sviluppare una mappa mentale sui propri obiettivi di apprendimento. In ogni caso, il prodotto finale non è solo il risultato di un compito, ma anche un'espressione di autoconsapevolezza e di prospettiva personale. Ciò può rafforzare il coinvolgimento e aiutare gli studenti a sentire che le loro idee hanno valore.

Gli strumenti creativi sono particolarmente utili nell'apprendimento basato su progetti, in cui agli studenti viene chiesto di esplorare un argomento, elaborare informazioni e produrre un risultato finale. In questo contesto, gli strumenti creativi contribuiscono a rendere l'apprendimento più dinamico e visibile. Invece di limitarsi a leggere o ascoltare, gli studenti possono sintetizzare ciò che hanno compreso creando un'infografica, una presentazione, uno storyboard o un poster digitale. Questo processo favorisce un apprendimento più profondo perché richiede di selezionare le informazioni rilevanti, organizzarle in modo chiaro e presentarle in una forma comprensibile agli altri. La creatività diventa quindi non solo un'attività artistica, ma anche cognitiva e comunicativa.

Un altro importante valore degli strumenti creativi risiede nella creazione di un portfolio. Per molti studenti NEET, vedere le prove dei propri progressi è essenziale per ricostruire la fiducia e la motivazione. I prodotti creativi possono diventare artefatti concreti che documentano l'apprendimento nel tempo. Una raccolta di poster, presentazioni, riflessioni visive o brevi progetti digitali può mostrare un'evoluzione dello sviluppo personale, dell'acquisizione di competenze e della crescente competenza digitale. Questi prodotti possono anche essere utili nei percorsi di inserimento lavorativo, poiché aiutano gli studenti a dimostrare iniziativa, capacità comunicative, creatività e impegno pratico con gli strumenti digitali.

Da un punto di vista pedagogico, gli strumenti creativi favoriscono anche la riflessione. Quando agli studenti viene chiesto di trasformare un argomento in un formato visivo o multimediale, devono riflettere attentamente su ciò che conta di più, su come le idee si collegano tra loro e su come un messaggio possa essere comunicato in modo chiaro. Questo incoraggia l'interpretazione piuttosto che la ripetizione. Ad esempio, creare un'infografica sulle abitudini digitali sane richiede più che copiare informazioni; implica

selezionare i punti chiave, decidere la struttura e rendere il contenuto comprensibile agli altri. In questo modo, il lavoro creativo rafforza sia la comprensione che la costruzione personale di significato.



Gli strumenti creativi sono particolarmente utili per l'apprendimento multimodale. Non tutti gli studenti elaborano le informazioni allo stesso modo, e alcuni potrebbero comprendere e comunicare in modo più efficace attraverso formati visivi, spaziali o audiovisivi piuttosto che attraverso il solo testo. Offrendo molteplici modi di rappresentare la conoscenza, gli strumenti creativi contribuiscono a rendere l'apprendimento più inclusivo. Possono ridurre la pressione associata a compiti ricchi di testo e fornire agli studenti percorsi alternativi per la partecipazione e il successo. Ciò è particolarmente importante in gruppi di apprendimento eterogenei in cui la fiducia, i livelli di alfabetizzazione e le preferenze comunicative possono variare in modo significativo.

Esempi di strumenti creativi includono Canva, generatori di immagini, piattaforme per la creazione di diapositive, lavagne digitali, applicazioni di editing video di base e strumenti di mappatura mentale. Queste risorse possono essere utilizzate per l'espressione individuale, attività collaborative o la presentazione di progetti. Tuttavia, il loro valore non dipende dalla complessità. In molti casi, un semplice poster, un riassunto visivo di una sola diapositiva o un breve collage digitale possono essere più significativi dal punto di vista educativo rispetto a un prodotto altamente rifinito ma superficiale. Per questo motivo, l'attenzione

pedagogica dovrebbe rimanere sulla comunicazione, la riflessione e il coinvolgimento degli studenti piuttosto che sulla perfezione tecnica.



È inoltre importante guidare l'uso degli strumenti creativi con un chiaro scopo educativo. Senza supporto, gli studenti potrebbero concentrarsi troppo sugli aspetti decorativi e troppo poco sui contenuti. I formatori dovrebbero quindi aiutare gli studenti a comprendere che l'appeal visivo deve servire alla chiarezza e alla comunicazione, non distrarre da esse. Istruzioni chiare, obiettivi realistici e modelli semplici possono aiutare gli studenti a rimanere concentrati sul significato pur continuando a godersi il processo creativo. È importante anche un'introduzione graduale, specialmente per chi ha poca familiarità con il digitale, in modo che la creatività diventi un'opportunità di crescita piuttosto che un ostacolo.

Il valore pedagogico degli strumenti creativi va quindi ben oltre la semplice produzione di materiali accattivanti. Essi aumentano la motivazione, incoraggiano la partecipazione attiva, favoriscono la riflessione, rafforzano le capacità comunicative e promuovono l'autonomia dello studente. Aiutano i giovani a rendersi conto di essere in grado non solo di comprendere le informazioni, ma anche di trasformarle in qualcosa di originale e significativo. All'interno dell'Ambiente di Apprendimento Personale, gli strumenti creativi contribuiscono a un approccio più coinvolgente, espressivo e incentrato sullo studente,

aiutando i giovani NEET a sviluppare fiducia, visibilità e un più forte senso di appartenenza al proprio processo di apprendimento.

3.3. Strumenti di comunicazione

Gli strumenti di comunicazione aiutano gli studenti a interagire con i coetanei, i formatori, i mentori e le reti di supporto più ampie in modo significativo e strutturato. Nell'ambito del progetto FALLYNEETS, questi strumenti sono particolarmente importanti perché l'apprendimento non è solo un processo individuale, ma anche sociale. Per molti giovani NEET, la comunicazione negli ambienti di apprendimento può risultare difficile a causa della scarsa fiducia in se stessi, della partecipazione limitata in contesti formali o di precedenti esperienze di isolamento o disimpegno. Gli strumenti di comunicazione digitale possono contribuire a ridurre queste barriere creando spazi accessibili per lo scambio, il feedback, la collaborazione e il sostegno.

In un Ambiente di Apprendimento Personale, gli strumenti di comunicazione svolgono un ruolo centrale perché mettono in contatto lo studente con altre persone, risorse e opportunità. Uno studente può utilizzarli per porre domande, ricevere indicazioni, condividere i propri progressi, partecipare ad attività di gruppo o riflettere su idee con gli altri. Questa interazione rafforza la dimensione sociale dell'apprendimento e aiuta gli studenti a comprendere che non devono affrontare ogni sfida da soli. In questo senso, gli strumenti di comunicazione contribuiscono non solo allo scambio di informazioni, ma anche alla motivazione, al senso di appartenenza e alla fiducia in sé stessi.



Per i giovani NEET, questi strumenti possono essere particolarmente preziosi per superare i sentimenti di isolamento. Alcuni studenti potrebbero esitare a parlare in contesti faccia a faccia, temere di essere giudicati o sentirsi insicuri su come esprimersi in contesti educativi. Gli spazi di comunicazione digitale possono offrire un modo più flessibile e meno intimidatorio di partecipare. Commenti scritti, note vocali, funzioni di chat, documenti condivisi, forum di discussione o videochiamate possono consentire agli studenti di contribuire al proprio ritmo e in modi che sembrano più gestibili. Ciò può aumentare la partecipazione e aiutare gli studenti a sviluppare gradualmente fiducia nell'interazione.

Gli strumenti di comunicazione sono essenziali anche per la collaborazione. Molte attività di apprendimento diventano più coinvolgenti ed efficaci quando gli studenti possono lavorare insieme, scambiarsi punti di vista e costruire qualcosa collettivamente. Le piattaforme di collaborazione consentono agli studenti di co-creare documenti, commentare il lavoro degli altri, discutere idee, dividersi le responsabilità e rivedere i progressi condivisi. Per gli studenti NEET, questo tipo di collaborazione strutturata può rafforzare le abilità interpersonali, la responsabilità e il sostegno reciproco. Li aiuta inoltre a sviluppare competenze direttamente rilevanti per l'occupabilità, come il lavoro di squadra, la comunicazione, la risoluzione dei problemi e l'interazione digitale rispettosa.

Un altro importante valore pedagogico degli strumenti di comunicazione risiede nel feedback. L'apprendimento diventa più significativo quando gli studenti possono ricevere

risposte tempestive al proprio lavoro, alle domande o ai dubbi. Attraverso le piattaforme di comunicazione digitale, i formatori e i compagni possono fornire incoraggiamento, correzioni, suggerimenti e riconoscimento. Ciò è particolarmente importante per gli studenti che hanno bisogno di frequenti rassicurazioni o che traggono beneficio da una guida passo dopo passo. Un feedback costruttivo può aiutare gli studenti a rimanere coinvolti, a comprendere gli errori come parte del processo e a migliorare il proprio lavoro con maggiore sicurezza.

Gli strumenti di comunicazione supportano anche lo sviluppo della cittadinanza digitale e di un comportamento online responsabile. Gli studenti non devono solo sapere come inviare messaggi o partecipare a spazi online; devono anche imparare a comunicare in modo chiaro, rispettoso e sicuro negli ambienti digitali. Ciò include la comprensione del tono, il rispetto dei turni di parola, la privacy, i confini e la condivisione appropriata delle informazioni. Per i giovani NEET, queste sono preziose competenze di vita e di occupabilità, poiché la partecipazione alla formazione, al lavoro e alla vita comunitaria dipende sempre più dalla capacità di comunicare efficacemente online.

Esempi di strumenti di comunicazione includono piattaforme di messaggistica, spazi di lavoro condivisi, documenti collaborativi, forum online, strumenti per videoconferenze, canali di discussione e applicazioni per la comunicazione in classe. Questi strumenti possono essere utilizzati per il supporto individuale, la collaborazione tra pari, la riflessione di gruppo o il coordinamento di progetti. Il loro valore non risiede nella tecnologia in sé, ma nel modo in cui creano opportunità per gli studenti di connettersi, chiedere aiuto, condividere idee e sentirsi parte di un processo di apprendimento che è sia personale che collettivo.

Da un punto di vista pedagogico, gli strumenti di comunicazione dovrebbero essere introdotti con obiettivi chiari e procedure semplici. Gli studenti dovrebbero sapere perché stanno utilizzando una determinata piattaforma, che tipo di comunicazione ci si aspetta e in che modo la partecipazione sosterrà il loro apprendimento. Troppi canali o aspettative poco chiare possono creare confusione. Per questo motivo, spesso è più efficace utilizzare un numero limitato di strumenti familiari in modo coerente piuttosto che introdurre molte piattaforme contemporaneamente. Una guida chiara, una moderazione di supporto e semplici attività collaborative possono aiutare gli studenti a sviluppare fiducia e a utilizzare gli strumenti di comunicazione in modo significativo.



Il valore educativo degli strumenti di comunicazione va quindi ben oltre il semplice mantenimento dei contatti. Essi aiutano gli studenti a costruire legami sociali, a sviluppare capacità di collaborazione, a ricevere feedback, a mettere in pratica il galateo digitale e a partecipare più attivamente al proprio percorso di apprendimento. All'interno dell'Ambiente di Apprendimento Personale, gli strumenti di comunicazione rafforzano la rete personale dello studente e rendono l'apprendimento più interattivo, solidale e radicato nella realtà sociale. Per i giovani NEET, possono costituire un ponte fondamentale tra l'impegno individuale e il sostegno collettivo, contribuendo a trasformare l'apprendimento da un'attività isolata a un'esperienza condivisa e di empowerment.

3.4. Strumenti di autoapprendimento e valutazione

Gli strumenti di autoapprendimento e valutazione aiutano gli studenti a comprendere i contenuti al proprio ritmo e a verificare se li hanno compresi correttamente. Nell'ambito del progetto FALLYNEETS, questi strumenti sono particolarmente rilevanti perché molti giovani NEET hanno vissuto discontinuità nel percorso educativo, scarsa fiducia nelle proprie capacità accademiche o esperienze di apprendimento negative che rendono le forme tradizionali di valutazione intimidatorie o scoraggianti. Per questo motivo, gli studenti hanno spesso bisogno di modi più flessibili, di supporto e personalizzati per rivedere i contenuti, esercitare le competenze e verificare i propri progressi senza sentirsi giudicati o sotto pressione.

Uno dei principali punti di forza degli strumenti di autoapprendimento e valutazione è che consentono agli studenti di lavorare a un ritmo che corrisponde alle loro esigenze. In contesti educativi convenzionali, gli studenti possono sentirsi lasciati indietro se le spiegazioni procedono troppo velocemente o se ci si aspetta che dimostrino comprensione prima di sentirsi pronti. Gli strumenti digitali di autoapprendimento possono ridurre questa pressione consentendo di mettere in pausa, ripetere, semplificare, rivedere ed esercitarsi sui contenuti tutte le volte che è necessario. Ciò crea un ambiente di apprendimento più favorevole, in cui gli studenti possono costruire la comprensione gradualmente e con maggiore sicurezza.

Per i giovani NEET, questa flessibilità è particolarmente importante perché i percorsi di apprendimento sono spesso non lineari. Alcuni studenti potrebbero aver bisogno di rivedere i concetti di base, mentre altri potrebbero già possedere una conoscenza parziale ma necessitare di supporto nell'organizzarla o applicarla. Gli strumenti di autoapprendimento aiutano a rispondere a queste differenze offrendo percorsi adattivi e personalizzati. Anziché presumere che tutti gli studenti debbano interagire con i contenuti allo stesso modo, rendono possibile adattare spiegazioni, esempi e attività in base ai punti di partenza individuali e ai livelli di sicurezza.

Gli strumenti di supporto basati sull'intelligenza artificiale sono particolarmente utili in questa categoria perché possono spiegare i concetti con un linguaggio più semplice, generare sintesi, proporre domande di esercitazione, adattare la complessità dei compiti o fornire esempi alternativi. Possono anche aiutare gli studenti a riformulare le informazioni, verificare la loro comprensione o identificare le aree in cui è necessaria maggiore pratica. Utilizzati a fini pedagogici, questi strumenti non sostituiscono il formatore o il rapporto di apprendimento; agiscono invece come un'impalcatura che sostiene la comprensione, la sicurezza e la graduale indipendenza. Aiutano gli studenti a compiere il primo passo quando un compito sembra troppo difficile e forniscono una guida che può rendere l'apprendimento più accessibile.

Un altro importante valore pedagogico di questi strumenti risiede nel feedback immediato. Gli studenti traggono grande beneficio quando possono mettere alla prova la propria comprensione e ricevere una risposta senza dover attendere una valutazione formale. Brevi quiz, domande guidate, compiti di esercitazione generati dall'intelligenza artificiale, attività di autocontrollo e correzioni istantanee possono aiutare gli studenti a identificare tempestivamente eventuali fraintendimenti e ad adeguare il proprio approccio. Questo tipo di valutazione a basso rischio è particolarmente utile per gli studenti che temono il fallimento, poiché presenta gli errori come parte del processo di apprendimento piuttosto che come prova di incapacità.

Gli strumenti di autoapprendimento e valutazione supportano anche la metacognizione, ovvero la capacità dello studente di riflettere su come apprende, su ciò che ha già

compreso e su dove ha ancora bisogno di supporto. Quando gli studenti confrontano le risposte, rivedono le spiegazioni, ripetono gli esercizi o controllano i propri progressi nel tempo, iniziano a sviluppare una maggiore consapevolezza delle proprie strategie di apprendimento. Ciò è particolarmente prezioso in un Ambiente di Apprendimento Personale, dove l'autonomia dipende non solo dall'uso degli strumenti, ma anche dalla comprensione di come regolare il proprio processo di apprendimento.

Questi strumenti possono anche ridurre l'ansia legata alla prestazione. Molti studenti NEET potrebbero esitare a condividere lavori incompleti o a rispondere a domande davanti agli altri perché hanno paura di sbagliare. Gli strumenti di autoapprendimento creano uno spazio più sicuro per la sperimentazione e la preparazione. Gli studenti possono esercitarsi in privato, ripetere gli esercizi, richiedere esempi aggiuntivi e migliorare le loro risposte prima di condividerle con i formatori o i compagni. In questo modo, la valutazione diventa meno minacciosa e più orientata allo sviluppo, aiutando gli studenti a passare dall'incertezza alla prontezza.

Esempi di strumenti di autoapprendimento e valutazione includono assistenti AI che semplificano o adattano i contenuti, piattaforme di quiz, moduli di autocontrollo, app con flashcard, esercizi interattivi e strumenti di riflessione guidata. Il loro valore educativo non dipende solo dalla sofisticazione tecnica, ma dall'efficacia con cui aiutano gli studenti a comprendere, esercitarsi e monitorare i progressi. In molti casi, uno strumento semplice che offre domande chiare e un feedback immediato può essere più vantaggioso di una piattaforma più avanzata che risulti confusa o impersonale.



Da un punto di vista pedagogico, è fondamentale utilizzare questi strumenti fornendo indicazioni chiare e nutrendo aspettative realistiche. Gli studenti devono comprendere che le spiegazioni o i feedback generati dall'IA sono strumenti di supporto, non verità indiscutibili. I formatori dovrebbero incoraggiare gli studenti a confrontare le informazioni, porre domande critiche e riflettere sull'accuratezza, l'utilità e l'adeguatezza di una risposta. Ciò contribuisce a coniugare la personalizzazione con il pensiero critico, aspetto particolarmente importante quando l'IA è coinvolta nel processo di apprendimento.

Il valore educativo degli strumenti di autoapprendimento e di valutazione risiede quindi nella loro capacità di personalizzare l'apprendimento, ridurre la paura del fallimento, rafforzare la riflessione e sostenere il passaggio graduale dall'apprendimento guidato a quello autonomo. All'interno dell'Ambiente di Apprendimento Personale, aiutano gli studenti a diventare partecipanti più attivi, consapevoli e sicuri nel proprio sviluppo. Per i giovani NEET, questi strumenti possono fornire un ponte essenziale tra la dipendenza dal supporto esterno e la crescente capacità di apprendere, verificare la comprensione e progredire con maggiore autonomia.

3.5. Strumenti di accessibilità

Gli strumenti di accessibilità garantiscono che l'apprendimento digitale sia utilizzabile, comprensibile e significativo per gli studenti con esigenze, abilità e preferenze diverse. Nell'ambito del progetto FALLYNEETS, questi strumenti sono particolarmente importanti

perché l'inclusione nell'apprendimento digitale non può limitarsi alla semplice fornitura di un dispositivo o di una connessione Internet. Il vero accesso significa anche che gli studenti possano leggere, ascoltare, navigare, interpretare e interagire con i contenuti in modi che corrispondano alle loro capacità individuali e alle loro preferenze di apprendimento. In un Ambiente di Apprendimento Personale inclusivo, l'accessibilità diventa quindi un principio pedagogico fondamentale piuttosto che una caratteristica tecnica opzionale.

Per i giovani NEET, l'accessibilità è essenziale perché le barriere che devono affrontare sono spesso diverse e interconnesse. Alcuni studenti possono avere bassi livelli di alfabetizzazione, difficoltà linguistiche, neurodiversità, affaticamento visivo, problemi di attenzione o scarsa fiducia in se stessi quando si trovano di fronte a lunghi testi scritti. Altri potrebbero aver avuto esperienze educative negative che rendono gli ambienti digitali ricchi di testo o rigidi intimidatori ed esclusivi. Quando queste barriere non vengono affrontate, gli studenti possono disimpegnarsi non perché manchino di interesse o capacità, ma perché il formato dei contenuti non permette loro di partecipare comodamente o efficacemente.



Gli strumenti di accessibilità aiutano a rispondere a queste sfide offrendo modi alternativi di accedere ed elaborare le informazioni. Gli strumenti di sintesi vocale, ad esempio, consentono agli studenti di ascoltare i contenuti scritti mentre seguono visivamente il testo, il che può favorire la comprensione, la concentrazione e la resistenza alla lettura. Le estensioni di assistenza alla lettura possono semplificare la navigazione, evidenziare le parole chiave, scomporre i passaggi difficili o fornire supporto lessicale. Dizionari, strumenti di traduzione, lettori di schermo, sistemi di sottotitolazione e regolazioni dell'interfaccia come le modifiche alla dimensione dei caratteri, le opzioni di contrasto o le modalità senza distrazioni possono tutti contribuire a rendere gli ambienti di apprendimento digitali più gestibili e più inclusivi.

Questi strumenti sono preziosi perché rendono i contenuti più accessibili senza sminuire la dignità o il potenziale dello studente. Anziché considerare la difficoltà come un fallimento, gli strumenti di accessibilità riconoscono che gli studenti potrebbero aver bisogno di diversi punti di accesso allo stesso materiale. Uno studente che ha difficoltà con i testi lunghi può comunque comprendere molto bene le idee quando il contenuto viene presentato tramite supporto audio o una struttura visiva semplificata. Un altro studente potrebbe aver bisogno di sottotitoli, ripetizioni o una riduzione del disordine visivo per rimanere concentrato. Gli strumenti di accessibilità, quindi, non abbassano le aspettative; al contrario, creano condizioni più eque per la partecipazione e l'apprendimento.

Il loro valore pedagogico è fortemente legato all'equità. Gli strumenti di accessibilità consentono ai giovani di partecipare senza essere penalizzati da un'unica modalità di erogazione dei contenuti. Se l'apprendimento viene offerto solo attraverso testi scritti densi, istruzioni dal ritmo serrato o piattaforme visivamente complesse, alcuni studenti si trovano automaticamente in una posizione di svantaggio. Gli strumenti di accessibilità aiutano a correggere questo squilibrio aprendo molteplici percorsi verso lo stesso obiettivo di apprendimento. In questo senso, sostengono l'apprendimento differenziato e rafforzano il principio secondo cui l'apprendimento permanente dovrebbe essere aperto, flessibile e accessibile a tutti.



Gli strumenti di accessibilità svolgono inoltre un ruolo importante nel rafforzamento della fiducia. Molti studenti che lottano in silenzio con la lettura, la concentrazione o la comprensione possono iniziare a dubitare delle proprie capacità. Quando vengono introdotti a strumenti di supporto che rendono l'apprendimento più gestibile, spesso provano sollievo e ritrovano la motivazione. Essere in grado di ascoltare un testo, verificare

istantaneamente il significato delle parole o ridurre la complessità visiva di uno schermo può fare la differenza tra l'abbandono di un compito e il suo completamento con successo. Piccoli miglioramenti nell'accessibilità possono quindi avere un impatto significativo sulla perseveranza, sull'autostima e sulla volontà di continuare ad apprendere.

Un altro aspetto importante dell'accessibilità è che sostiene l'autonomia dello studente. Quando i giovani sanno quali strumenti li aiutano di più e come usarli in modo indipendente, diventano meno dipendenti da un'assistenza esterna costante. Uno studente che sa come attivare la sintesi vocale, usare i sottotitoli, ingrandire il testo o controllare il vocabolario è meglio attrezzato per regolare il proprio apprendimento e superare le difficoltà senza arrendersi immediatamente. In questo modo, gli strumenti di accessibilità non sono solo supporti per l'inclusione, ma anche strumenti per sviluppare la consapevolezza di sé e l'autogestione all'interno dell'Ambiente di Apprendimento Personale.

Tra gli strumenti di accessibilità figurano i lettori di testo-voce, le estensioni di supporto alla lettura, i dizionari, gli assistenti per il vocabolario, i lettori di schermo, gli strumenti per i sottotitoli, le opzioni di sintesi vocale, i supporti di traduzione e le personalizzazioni dell'interfaccia. Questi strumenti possono essere integrati nelle attività didattiche quotidiane, anziché essere riservati solo a situazioni specifiche. Il loro valore aumenta quando vengono normalizzati come parte dell'ambiente di apprendimento, in modo che l'uso degli strumenti di supporto sia visto come una strategia di apprendimento legittima e intelligente piuttosto che come un segno di debolezza.

Da un punto di vista pedagogico, è importante che gli strumenti di accessibilità vengano presentati in modo incoraggiante e non stigmatizzante. Gli studenti dovrebbero essere incoraggiati a scoprire quali forme di supporto funzionano meglio per loro, e i formatori dovrebbero presentare questi strumenti come opzioni standard a disposizione di tutti. Questo aiuta a creare una cultura più inclusiva in cui le diverse esigenze di apprendimento sono rispettate e dove il supporto è visto come parte di una buona progettazione didattica. L'accessibilità non dovrebbe essere trattata come un'eccezione, ma come una caratteristica normale e prevista di un apprendimento digitale efficace.

Il valore educativo degli strumenti di accessibilità va quindi ben oltre la semplice comodità. Essi rendono la partecipazione più equa, riducono le barriere evitabili, rafforzano la fiducia e sostengono percorsi di apprendimento più personalizzati e sostenibili. All'interno dell'Ambiente di Apprendimento Personale (PLE), contribuiscono a garantire che l'apprendimento digitale non sia solo disponibile, ma realmente utilizzabile. Per i giovani NEET, questo può essere decisivo nel creare un'esperienza di apprendimento che risulti possibile, rispettosa e che dia forza.

4. Integrazione del PLE

Un Ambiente di Apprendimento Personale funzionale non si crea raccogliendo un gran numero di strumenti digitali, ma selezionando e combinando un numero ridotto di risorse con uno scopo chiaro e significativo. Nel contesto del progetto FALLYNEETS, il valore degli strumenti digitali ausiliari non risiede nella loro novità o quantità, ma nella loro capacità di supportare l'apprendimento in modi pratici, coerenti e sostenibili. Un PLE dovrebbe aiutare gli studenti a raccogliere informazioni, organizzare compiti e risorse, creare risultati, comunicare con gli altri e monitorare i propri progressi. Per questo motivo, dovrebbe essere progettato come un ambiente flessibile ma strutturato, personale, utile e facile da adattare nel tempo.

Per i giovani NEET, questo principio è particolarmente importante. Molti studenti potrebbero sentirsi scoraggiati di fronte a troppe piattaforme digitali, applicazioni che si sovrappongono o aspettative poco chiare. Se il PLE diventa troppo complesso, può perdere il suo valore educativo e diventare un'altra fonte di confusione. Un PLE ben integrato riduce questo rischio concentrandosi su un insieme limitato di strumenti, ciascuno dei quali svolge un ruolo distinto. Invece di chiedere agli studenti di orientarsi in un ecosistema digitale frammentato, offre loro un quadro coerente in cui ogni strumento contribuisce a una parte specifica del processo di apprendimento.



In questo senso, l'integrazione del PLE è strettamente legata alla funzionalità. Uno strumento è prezioso non perché è popolare o sofisticato, ma perché svolge una funzione utile all'interno della routine dello studente. Uno strumento può aiutare nella pianificazione settimanale, un altro a semplificare o comprendere i contenuti, un altro ancora a produrre output visivi, e un altro ancora a garantire una comunicazione o un feedback. Ciò che conta è che gli strumenti funzionino insieme in modo logico e rispondano alle reali esigenze dello studente. L'obiettivo è quello di creare un ambiente digitale che favorisca l'azione, la riflessione e la continuità piuttosto che la distrazione o il sovraccarico.

Curare gli strumenti all'interno del PLE significa quindi fare delle scelte intenzionali. La curatela non riguarda solo la selezione degli strumenti digitali, ma anche la decisione su cosa includere, cosa escludere e come lo studente utilizzerà ciascuna risorsa nella pratica. Un giovane potrebbe aver bisogno di uno strumento per pianificare gli obiettivi settimanali, un altro per gestire gli appunti, un altro ancora per ricevere supporto da coetanei o mentori e un altro per creare una presentazione o un riassunto visivo. L'idea chiave non è la quantità, ma la coerenza. Ogni strumento dovrebbe servire a uno scopo educativo definito e inserirsi naturalmente nel flusso di lavoro dello studente. Questo contribuisce a rendere il PLE più comprensibile, più gestibile e più significativo.

Anche la curatela è importante perché supporta la personalizzazione. Non esistono due studenti con esigenze, preferenze o punti di partenza esattamente uguali. Alcuni potrebbero trarre beneficio da strumenti di pianificazione visiva, mentre altri potrebbero fare maggiore affidamento su supporto audio, app per prendere appunti o semplici spazi di comunicazione. Un buon PLE lascia spazio a queste differenze pur mantenendo una chiarezza generale. Personalizzazione non significa utilizzare il maggior numero possibile di strumenti, ma scegliere la giusta combinazione di supporti per ogni studente. In questo modo, il PLE diventa un ambiente che riflette le esigenze individuali pur guidando gli studenti verso obiettivi comuni quali autonomia, partecipazione e occupabilità.



Un altro elemento essenziale dell'integrazione del PLE è lo sviluppo di una routine digitale. Un PLE diventa significativo solo quando viene utilizzato in modo coerente e intenzionale. Gli strumenti da soli non creano abitudini di apprendimento; le abitudini emergono quando gli strumenti sono integrati in azioni ripetute che gli studenti possono comprendere e sostenere. Ad esempio, uno studente può iniziare la settimana controllando una bacheca delle attività, continuare leggendo o semplificando un testo, utilizzare uno strumento creativo per produrre un breve risultato, comunicare con un coetaneo o un mentore sui progressi compiuti e concludere con un momento di riflessione su ciò che è stato appreso. Questi passaggi ripetuti aiutano gli studenti a vivere l'apprendimento digitale come un processo piuttosto che come una serie di attività scollegate tra loro.

Costruire una routine digitale è particolarmente utile per gli studenti NEET che potrebbero aver sperimentato discontinuità, mancanza di struttura o abitudini di apprendimento instabili. La routine offre prevedibilità, e la prevedibilità riduce l'ansia. Quando gli studenti sanno da dove iniziare, cosa controllare e come passare da un passo all'altro, sono più propensi a rimanere coinvolti e meno inclini a sentirsi persi. Anche routine molto semplici, se ripetute con costanza, possono rafforzare l'autogestione e creare un maggiore senso di appartenenza al processo di apprendimento.

La dimensione della routine del PLE supporta anche la transizione graduale dall'apprendimento guidato a quello indipendente. All'inizio, gli studenti potrebbero aver bisogno di supporto per capire quando e come utilizzare ogni strumento. Col tempo, tuttavia, l'obiettivo è che interiorizzino il processo e prendano decisioni più autonome. Uno studente che utilizza regolarmente un'agenda, controlla le risorse didattiche, produce risultati e riflette sui propri progressi inizia a sviluppare non solo abitudini digitali, ma anche capacità di autoregolazione. Queste includono la pianificazione, il monitoraggio, l'adeguamento delle strategie e il mantenimento della concentrazione nel tempo. In questo

senso, il PLE non è semplicemente una disposizione tecnica di app, ma una struttura che sostiene la crescita dell'autonomia dello studente.

È inoltre importante comprendere che un PLE combina sia struttura che mentalità. Dal punto di vista strutturale, include un insieme di strumenti, risorse e routine selezionati che supportano l'apprendimento. Come mentalità, incoraggia gli studenti a vedersi come agenti attivi in grado di plasmare i propri percorsi di apprendimento. Ciò è particolarmente rilevante per i giovani NEET, molti dei quali potrebbero non vedersi ancora come studenti sicuri di sé o capaci. Un PLE ben progettato può aiutare a cambiare questa percezione rendendo visibili i progressi, gestibile l'apprendimento e accessibile il supporto. Crea un senso di controllo che è fondamentale per ricostruire la fiducia e la motivazione.

Nel contesto di FALLYNEETS, l'integrazione di strumenti digitali ausiliari nel PLE è strettamente connessa all'occupabilità e allo sviluppo a lungo termine. La capacità di selezionare strumenti, organizzare compiti, comunicare in modo efficace, gestire il proprio apprendimento e riflettere sui progressi è preziosa non solo nell'istruzione, ma anche nel lavoro e nella vita quotidiana. Utilizzando il PLE in modo pratico e guidato, gli studenti sviluppano abitudini e competenze che possono essere trasferite alla ricerca di lavoro, alla formazione professionale, al lavoro di squadra e all'apprendimento permanente.



Un PLE ben progettato non è quindi solo un ambiente tecnico, ma anche un percorso pratico verso l'autonomia, la fiducia e la continuità. Aiuta gli studenti a passare dalla frammentazione alla coerenza, dalla dipendenza alla graduale indipendenza e

dall'incertezza a progressi realizzabili. Per i giovani NEET, questo rende il PLE un potente quadro pedagogico: uno che supporta sia le esigenze di apprendimento immediate sia l'obiettivo più ampio di diventare partecipanti più attivi, consapevoli di sé e capaci nel proprio sviluppo personale e professionale.

5. Approccio pedagogico agli strumenti di IA

L'uso pedagogico degli strumenti di IA nel progetto FALLYNEETS dovrebbe sempre essere guidato dai principi di inclusione, semplicità, pensiero critico e autonomia dello studente. L'IA non viene introdotta come sostituto degli insegnanti, dell'interazione tra pari, dell'impegno o della riflessione. Dovrebbe invece essere intesa come un livello di supporto all'interno dell'Ambiente di Apprendimento Personale: un insieme di strumenti di supporto che possono aiutare gli studenti ad accedere alle informazioni, organizzare le idee, semplificare compiti complessi, creare risultati iniziali e interagire con i contenuti in modi più flessibili e personalizzati.



Questa prospettiva pedagogica è particolarmente importante quando si lavora con giovani NEET, molti dei quali potrebbero aver vissuto discontinuità nel percorso educativo, scarsa fiducia nelle proprie capacità accademiche o esperienze negative precedenti con l'apprendimento formale. Per questi studenti, l'IA può ridurre la pressione associata all'inizio di un compito. Un testo lungo può sembrare più accessibile se può essere

riassunto o spiegato in un linguaggio più semplice. Una pagina vuota può diventare meno intimidatoria se l'IA aiuta a generare una bozza o una prima stesura. Un'istruzione confusa può diventare gestibile se lo studente può chiedere chiarimenti, esempi o una spiegazione passo dopo passo. In questo senso, l'IA può svolgere un ruolo importante nell'abbassare le barriere all'ingresso e nel creare un punto di coinvolgimento più accessibile.

Tuttavia, il valore educativo dell'IA non risiede solo nell'efficienza o nella comodità. Il suo vero valore sta nel modo in cui può supportare i processi di apprendimento senza privare lo studente della sua autonomia. L'IA dovrebbe essere utilizzata per aiutare gli studenti a pensare, non per pensare al posto loro. Può fornire suggerimenti, spiegazioni, esempi e feedback, ma lo studente dovrebbe rimanere attivamente coinvolto nel fare scelte, verificare il significato, interpretare i risultati e decidere cosa è utile. L'obiettivo pedagogico non è quello di incoraggiare una dipendenza passiva dall'IA, ma di rafforzare la capacità dello studente di interagire con gli strumenti di supporto in modo critico e mirato.

Per questo motivo, l'IA dovrebbe essere introdotta in modo semplice, guidato e significativo. Gli studenti non dovrebbero essere sopraffatti da spiegazioni tecniche o incoraggiati a utilizzare l'IA per tutto. Dovrebbero invece essere mostrati loro un numero limitato di casi d'uso realistici che rispondano a esigenze concrete. Ad esempio, l'IA può aiutare a semplificare un paragrafo difficile, generare possibili domande per la revisione, organizzare la struttura di una presentazione o fornire esempi su come iniziare una riflessione. Queste applicazioni limitate ma pratiche sono spesso più preziose dal punto di vista educativo rispetto a sperimentazioni ampie o non specifiche, perché aiutano gli studenti a comprendere a cosa serve effettivamente l'IA e come può inserirsi nella loro routine di apprendimento.

Un elemento centrale dell'approccio pedagogico deve essere il pensiero critico. I contenuti generati dall'IA possono sembrare fluenti e convincenti, ma non sono sempre accurati, completi, neutri o appropriati. Gli studenti devono comprendere che i risultati dell'IA non devono essere accettati automaticamente. Dovrebbero essere incoraggiati a mettere in discussione le risposte, a confrontare le informazioni con altre fonti, a identificare le incongruenze e a chiedersi se il risultato sia chiaro, pertinente e affidabile. Questa pratica è essenziale non solo per l'alfabetizzazione digitale, ma anche per costruire abitudini di riflessione e verifica in un contesto in cui le informazioni generate dall'IA stanno diventando sempre più comuni.



L'affidabilità è quindi un punto didattico fondamentale. I giovani dovrebbero imparare che l'IA può generare errori, semplificazioni eccessive, fatti inventati o interpretazioni di parte. Per gli studenti NEET, che potrebbero già sentirsi insicuri riguardo al proprio giudizio, è particolarmente importante che l'IA non venga presentata come un'autorità indiscutibile. Al contrario, i formatori dovrebbero mostrare come trattare l'IA come una fonte tra le altre: utile come supporto, ma sempre aperta alla verifica e alla discussione. In questo modo, l'IA diventa parte di un processo di apprendimento più ampio che valorizza il ragionamento, il confronto e il processo decisionale informato.

Anche la privacy e l'uso responsabile sono centrali nell'approccio pedagogico. Gli studenti hanno bisogno di supporto per comprendere che non dovrebbero inserire informazioni personali sensibili, dati privati o materiale riservato negli strumenti di IA senza una guida chiara. Dovrebbero inoltre riflettere su come i sistemi di IA utilizzano le informazioni, quali impronte digitali potrebbero lasciare e perché l'uso responsabile è importante. Ciò è particolarmente rilevante quando si lavora con gruppi vulnerabili, poiché le abitudini digitali sicure sono strettamente legate all'autonomia, alla protezione e alla partecipazione a lungo termine negli ambienti online.

Un'altra questione chiave è il pregiudizio. I sistemi di IA non sono neutrali e i risultati che generano possono riflettere i limiti o i pregiudizi presenti nei dati su cui sono stati addestrati. Per questo motivo, l'uso pedagogico dell'IA dovrebbe includere opportunità per discutere di rappresentazione, equità, stereotipi e punti di vista. Gli studenti dovrebbero essere incoraggiati a notare quando un risultato appare unilaterale, culturalmente limitato o socialmente problematico. Ciò contribuisce a collegare l'uso dell'IA alla consapevolezza

etica e rafforza la capacità dello studente di interagire con la tecnologia come partecipante critico piuttosto che come utente passivo.

Allo stesso tempo, l'IA può supportare la personalizzazione in modi preziosi. Alcuni studenti potrebbero aver bisogno di un linguaggio più semplice, di spiegazioni ripetute o di più esempi prima di sentirsi pronti a proseguire. Altri potrebbero trarre beneficio dal supporto nell'organizzare le idee, pianificare un compito o verificare se hanno compreso correttamente. L'IA può rispondere a queste diverse esigenze in modo rapido e flessibile, il che la rende particolarmente utile in gruppi di apprendimento eterogenei. Se utilizzata bene, può integrare il lavoro del formatore fornendo un supporto immediato, lasciando comunque spazio alla guida umana, alla discussione e all'incoraggiamento emotivo.

Da un punto di vista pedagogico, l'IA dovrebbe quindi essere integrata in un quadro di supporto più ampio, non utilizzata in modo isolato. I formatori rimangono essenziali nell'aiutare gli studenti a interpretare i risultati, a stabilire dei limiti, a porre domande pertinenti e a riflettere su ciò che l'IA sta facendo. Anche l'interazione tra pari rimane importante, perché la discussione con gli altri aiuta gli studenti a confrontare le prospettive ed evitare un eccessivo affidamento alle risposte automatizzate. La dimensione umana dell'apprendimento non viene sostituita dall'IA; piuttosto, l'IA dovrebbe essere posizionata come una risorsa tra le tante in un'ecologia dell'apprendimento inclusiva e di supporto.



Per i giovani NEET, questo approccio equilibrato è particolarmente importante perché l'obiettivo non è solo quello di portare a termine i compiti, ma di costruire fiducia, autonomia e competenze digitali trasferibili. Gli studenti dovrebbero arrivare a vedere l'IA come uno strumento pratico che può aiutarli a iniziare, strutturare e riflettere, comprendendo al contempo che un buon apprendimento richiede ancora giudizio,

impegno e responsabilità. In questo modo, l'IA contribuisce non alla dipendenza, ma all'empowerment.

L'uso pedagogico degli strumenti di IA in FALLYNEETS dovrebbe quindi mirare a ridurre le barriere, sostenere la personalizzazione e rafforzare il coinvolgimento degli studenti, promuovendo al contempo il pensiero critico, la consapevolezza etica e l'uso responsabile. Utilizzata in questo modo, l'IA diventa un supporto significativo per l'apprendimento: non una scorciatoia che sostituisce il pensiero, ma un'impalcatura che aiuta gli studenti a partecipare con maggiore sicurezza, a riflettere più profondamente e a progredire in modo più indipendente all'interno del loro Ambiente di Apprendimento Personale.

GOOGLE GEMINI (All'interno di Google Docs – Gratuito)

Titolo dello strumento	 Google Gemini per il supporto e la semplificazione della scrittura
Breve descrizione	Google Gemini è un assistente AI in grado di supportare gli studenti nella stesura, nella riscrittura, nella sintesi e nella chiarificazione dei testi. Quando integrato con Google Docs, aiuta gli utenti a creare e perfezionare i contenuti scritti in uno spazio di lavoro familiare.
Funzionalità principali	È in grado di generare prime bozze, riassumere lunghi brani, riformulare il testo, abbreviare o elaborare i contenuti, convertire le idee in elenchi puntati e adattare il tono o lo stile a seconda dell'attività.
Valore educativo (perché aiuta i NEET)	Gemini è particolarmente utile per gli studenti che hanno difficoltà a iniziare a scrivere, a comprendere spiegazioni complesse o a organizzare le idee in modo autonomo. Aiuta a suddividere i compiti difficili in passaggi più piccoli e gestibili, il che può migliorare l'alfabetizzazione, la comprensione, la fiducia in sé stessi e l'apprendimento autonomo.
Considerazioni sull'accessibilità	Può supportare gli studenti con scarsa fiducia nella scrittura o difficoltà di lettura semplificando il linguaggio, generando strutture più chiare e offrendo formulazioni alternative. I suggerimenti e i risultati dovrebbero rimanere brevi, chiari e guidati, e i formatori dovrebbero mostrare come chiedere spiegazioni in un linguaggio semplice e come confrontare il risultato dell'IA con il testo originale.
Rischi e limiti	I risultati dell'IA possono contenere inesattezze, semplificazioni eccessive, dettagli inventati o formulazioni di parte. Agli studenti dovrebbe essere insegnato a verificare le informazioni, a confrontare

	le fonti e a evitare di condividere dati personali sensibili. Gemini dovrebbe essere utilizzato come supporto al pensiero, non come sostituto del giudizio.
Link ufficiale	Google Docs con Gemini: https://workspace.google.com/products/docs/ai/
Licenze / Costi	Gemini in Google Docs non è universalmente gratuito per tutti gli utenti . Google afferma che le funzionalità di Gemini in Docs sono disponibili in determinati piani di Google Workspace, e Google AI Pro include anche Gemini in app di Google come Docs e Sheets. La disponibilità può variare a seconda del tipo di account, del piano e del lancio.

Attività pratica proposta

Titolo: Semplificazione e personalizzazione di un testo con Gemini

Obiettivo:

Aiutare gli studenti a migliorare la comprensione, identificare le informazioni chiave e collegare un argomento alla propria esperienza utilizzando Google Gemini come strumento di supporto.

Durata:

30–40 minuti

Materiali:

- Un breve testo sull'occupabilità o sull'identità digitale
- Un dispositivo con accesso a Internet
- Google Docs con accesso a Gemini, oppure Gemini in un browser
- Un quaderno o un documento digitale per le risposte finali

Procedura:

1. Il formatore fornisce agli studenti un breve testo relativo all'occupabilità o all'identità digitale. Il testo dovrebbe essere pertinente alla loro vita quotidiana e scritto in un linguaggio moderatamente impegnativo.

2. Gli studenti leggono il testo individualmente una volta per identificare l'argomento generale.
3. Quindi utilizzano Gemini per semplificare il testo in un linguaggio semplice.
4. Dopo aver letto la versione semplificata, gli studenti chiedono a Gemini di estrarre tre idee chiave dal testo.
5. Gli studenti confrontano la versione originale con quella semplificata e discutono se il significato principale sia stato preservato.
6. Ogni studente scrive una frase di riflessione personale in cui spiega in che modo l'argomento si collega alla propria vita, ai propri obiettivi o alle proprie esperienze.
7. Se opportuno, gli studenti condividono le loro idee chiave e la loro riflessione con un compagno o con l'intero gruppo.
8. Il formatore conclude l'attività ricordando agli studenti che l'IA è uno strumento di supporto e che le sue risposte devono sempre essere valutate in modo critico.

Suggerimenti per gli studenti:

- “Spiega questo testo con un linguaggio semplice.”
- “Riassumi questo testo in 3 idee chiave.”
- “Qual è il messaggio principale di questo testo?”
- “Forniscimi una versione più breve e chiara di questo paragrafo.”

Risultati di apprendimento attesi:

Al termine dell'attività, gli studenti saranno in grado di:

- comprendere il significato principale di un breve testo con il supporto dell'IA
- identificare le idee chiave in modo strutturato
- riflettere sulla rilevanza dell'argomento nella propria vita
- utilizzare l'IA in modo critico come strumento di comprensione e non solo per ottenere risposte automatiche

Valore pedagogico:

Questa attività favorisce l'alfabetizzazione, la comprensione, il pensiero critico e l'autoriflessione. È particolarmente utile per gli studenti NEET perché riduce il timore nei

confronti dei testi difficili, rende le informazioni più accessibili e incoraggia il coinvolgimento personale con l'argomento.

Considerazioni sull'accessibilità:

Il formatore dovrebbe scegliere testi brevi e pertinenti e incoraggiare gli studenti a utilizzare prompt brevi e chiari. Gli studenti che necessitano di ulteriore supporto possono lavorare in coppia o ricevere un modello di prompt. L'attività può anche essere combinata con strumenti di sintesi vocale, se necessario.

Valutazione:

Gli studenti completano con successo l'attività se:

- producono una versione semplificata o comprendono il risultato semplificato
- identificano tre idee chiave pertinenti
- scrivono una frase significativa di riflessione personale
- dimostrano di essere consapevoli che la risposta di Gemini deve essere verificata e non accettata automaticamente

TRELLO + POTENZIAMENTI AI GRATUITI

Titolo dello strumento	 Trello per l'organizzazione delle attività e la pianificazione dell'apprendimento
Breve descrizione	Trello è una piattaforma visiva di gestione delle attività basata su bacheche, elenchi e schede. Aiuta gli studenti a organizzare gli obiettivi, suddividere i compiti più grandi in passaggi più piccoli e seguire i progressi in modo chiaro e strutturato.
Funzionalità principali	Gli studenti possono creare bacheche, organizzare le schede in elenchi, aggiungere scadenze, allegare file, creare liste di controllo e monitorare visivamente i propri progressi. Trello include anche funzionalità di automazione integrate che non richiedono competenze

	di programmazione, mentre i piani a pagamento offrono limiti e funzionalità più avanzate.
Valore educativo (Perché aiuta i NEET)	Trello è particolarmente utile per gli studenti NEET che hanno bisogno di struttura, routine e chiarezza visiva. Aiuta a trasformare obiettivi vaghi in compiti gestibili, supporta le funzioni esecutive e la gestione del tempo e rende visibili i progressi, il che può rafforzare la motivazione e l'autocontrollo.
Considerazioni sull'accessibilità	Le bacheche dovrebbero essere semplici, con solo pochi elenchi come "Da fare", "In corso" e "Fatto". I formatori dovrebbero evitare bacheche sovraccaricate e utilizzare un linguaggio semplice, titoli brevi per le schede, icone e indicazioni cromatiche con attenzione, in modo che lo strumento rimanga di supporto anziché creare confusione.
Rischi e limitazioni	Troppi elenchi, etichette, automazioni o notifiche possono sopraffare i principianti. Gli studenti potrebbero concentrarsi solo sullo spostamento delle schede senza riflettere sull'apprendimento effettivo. Le funzionalità relative all'IA non sono incluse in tutti i piani, quindi l'accesso dipende dal livello di abbonamento.
Link ufficiale	Trello: https://trello.com/
Licenze / Costi	Trello offre un piano gratuito. La pagina dei prezzi mostra il piano Standard a 5 USD al mese per utente con fatturazione annuale, il piano Premium a 10 USD al mese per utente con fatturazione annuale e il piano Enterprise a partire da 17,50 USD al mese per utente con fatturazione annuale. Atlassian Intelligence è inclusa nel piano Premium, mentre l'automazione è disponibile in tutti gli spazi di lavoro con quote più elevate nei piani a pagamento.

Attività pratica proposta

Titolo: Il mio piano di apprendimento settimanale con Trello

Obiettivo:

Aiutare gli studenti a organizzare gli obiettivi personali, suddividere i compiti in passaggi gestibili e sviluppare una semplice routine di apprendimento settimanale utilizzando Trello.

Durata:

30 minuti per la configurazione + 10–15 minuti per la revisione settimanale

Materiali:

- Un dispositivo con accesso a Internet
- Un account Trello
- Una bacheca di esempio preparata dal formatore o una demo proiettata
- Elenco facoltativo di attività suggerite relative all'occupabilità, all'apprendimento o allo sviluppo personale

Procedura:

1. Il formatore presenta Trello come strumento visivo per la pianificazione e il monitoraggio dei progressi.
2. Ogni studente crea una bacheca chiamata "Il mio piano di apprendimento settimanale".
3. Gli studenti creano tre semplici liste: Da fare, In corso e Fatto.
4. Ogni partecipante aggiunge almeno cinque schede relative all'apprendimento, alla ricerca di lavoro o allo sviluppo personale. Alcuni esempi potrebbero essere: aggiornare il CV, cercare un corso di formazione, esercitarsi con le domande del colloquio, completare un breve compito di lettura o partecipare a una sessione di mentoring.
5. I partecipanti aggiungono una data di scadenza o una breve lista di controllo ad almeno due schede.
6. Durante la settimana, spostano le schede sulla bacheca man mano che i compiti procedono.
7. Alla fine della settimana, gli studenti esaminano la loro bacheca e riflettono su quali attività sono andate avanti, quali sono rimaste in sospeso e cosa ha aiutato o ostacolato i progressi.
8. L'attività si conclude con una breve riflessione individuale o una discussione in coppia.

Domande di riflessione suggerite:

- Qual è stato il compito più facile da portare a termine e perché?
- Quale compito è stato più difficile del previsto?
- Cosa ti ha aiutato a rimanere organizzato questa settimana?
- Cosa cambieresti nella tua bacheca la prossima settimana?

Risultati di apprendimento attesi:

Al termine dell'attività, gli studenti saranno in grado di:

- organizzare gli obiettivi in compiti più piccoli e chiari
- utilizzare una semplice bacheca per pianificare e monitorare le azioni settimanali
- riflettere sui progressi e sugli ostacoli
- sviluppare abitudini di base di autogestione e organizzazione digitale

Valore pedagogico:

Questa attività favorisce la pianificazione, la definizione delle priorità, l'autocontrollo e la creazione di routine. È particolarmente utile per gli studenti NEET perché rende i progressi visibili e gestibili, aiutandoli a passare dall'incertezza all'azione attraverso uno strumento digitale semplice e strutturato.

Considerazioni sull'accessibilità:

Il formatore dovrebbe fornire una bacheca modello molto semplice ed evitare di introdurre troppe funzionalità contemporaneamente. Gli studenti meno sicuri possono lavorare su un modello già pronto o svolgere l'attività in coppia. L'attenzione dovrebbe rimanere sulla chiarezza e sulla routine, non sulla padronanza di ogni funzionalità di Trello.

Valutazione:

Gli studenti completano con successo l'attività se:

- creano una bacheca con la struttura di base a tre liste
- aggiungono almeno cinque schede pertinenti
- spostano almeno alcune schede durante la settimana
- scrivono una breve riflessione sui progressi, le difficoltà e i prossimi passi

CANVA (versione gratuita)

Titolo dello strumento	 Canva per la creazione e la presentazione visiva
--------------------------------------	--

Breve descrizione	Canva è una piattaforma di progettazione visiva che consente agli studenti di creare poster, presentazioni, infografiche, brevi video e altri materiali didattici visivi utilizzando modelli e strumenti drag-and-drop.
Funzionalità principali	Supporta la progettazione drag-and-drop, la creazione basata su modelli, la modifica di testo e immagini, presentazioni, lavagne bianche, video, documenti e funzionalità basate sull'intelligenza artificiale tramite gli strumenti Magic Studio di Canva.
Valore educativo (perché aiuta i NEET)	Canva è particolarmente utile per gli studenti NEET perché trasforma le idee in risultati visibili in modo semplice e motivante. Supporta la creatività, l'apprendimento basato su progetti, la creazione di portfolio e la comunicazione, aiutando al contempo gli studenti a sentirsi più sicuri quando presentano visivamente le loro idee.
Considerazioni sull'accessibilità	I modelli devono essere semplici e ordinati. Gli studenti devono essere guidati nell'uso di caratteri leggibili, contrasto elevato, testo limitato e una chiara gerarchia visiva, in modo che il prodotto finale rimanga comprensibile e inclusivo per diversi utenti.
Rischi e limitazioni	Gli studenti potrebbero concentrarsi troppo sull'aspetto e troppo poco sul contenuto. Alcuni modelli premium, contenuti e funzionalità basate sull'intelligenza artificiale sono limitati nel piano gratuito, quindi i formatori dovrebbero mantenere l'attenzione pedagogica sulla comunicazione, la riflessione e il significato piuttosto che sulla decorazione.
Link ufficiale	https://www.canva.com/
Licenze / Costi	Canva offre un piano gratuito. Canva fornisce anche piani a pagamento con un accesso più ampio ai contenuti premium e alle funzionalità di IA, e la sua documentazione di aiuto indica che gli utenti del piano gratuito hanno un utilizzo limitato dell'IA rispetto ai piani a pagamento. In alcuni contesti educativi, Canva offre accesso gratuito alle funzionalità premium per gli utenti idonei, ma ciò dipende dal tipo di istituzione e dalle regole di idoneità.

Attività pratica proposta

Titolo: Tre competenze che voglio migliorare questo mese

Obiettivo:

Aiutare gli studenti a riflettere sui propri obiettivi, esprimere idee visivamente e creare un semplice prodotto di apprendimento personale utilizzando Canva.

Durata:

35–45 minuti

Materiali:

- Un dispositivo con accesso a Internet
- Un account Canva
- Un'infografica o un modello preparato dal formatore
- Un breve foglio di lavoro per il brainstorming o un elenco di spunti

Procedura:

1. Il formatore presenta Canva come strumento di creazione visiva per presentare le idee in modo chiaro e creativo.
2. Ogni partecipante riflette su tre competenze che vorrebbe migliorare nel corso del mese. Queste possono riguardare l'occupabilità, la comunicazione, l'alfabetizzazione digitale, la fiducia in se stessi o lo sviluppo personale.
3. I partecipanti aprono Canva e scelgono un modello semplice di infografica o poster.
4. Creano un prodotto visivo intitolato "Tre competenze che voglio migliorare questo mese".
5. Per ogni competenza, gli studenti aggiungono:
 - o il nome della competenza
 - o una breve spiegazione del perché è importante
 - o un'azione concreta che intraprenderanno per migliorarla
6. Si incoraggiano gli studenti a utilizzare immagini semplici, icone o codici cromatici per rendere le informazioni più chiare, ma è importante che il design rimanga pulito e di facile lettura.
7. Una volta terminato, gli studenti presentano la loro infografica in coppia o in piccoli gruppi.
8. L'attività si conclude con una breve riflessione su come il design visivo possa aiutare a comunicare gli obiettivi personali in modo più efficace.

Suggerimenti per gli studenti:

- Quale competenza voglio migliorare per prima?
- Perché questa competenza è importante per il mio futuro?
- Quale piccola azione posso intraprendere questo mese?

- Come posso presentare questa idea in modo chiaro e visivo?

Risultati di apprendimento attesi:

Al termine dell'attività, gli studenti saranno in grado di:

- identificare obiettivi personali di apprendimento o di occupabilità
- organizzare le idee in un formato visivo semplice
- comunicare chiaramente gli obiettivi personali
- utilizzare uno strumento di creazione digitale per produrre un prodotto didattico significativo

Valore pedagogico:

Questa attività favorisce l'autoriflessione, la motivazione, la creatività digitale e la comunicazione. È particolarmente utile per gli studenti NEET perché li aiuta a trasformare gli obiettivi personali in risultati visibili e positivi, rafforzando sia l'impegno che il senso di appartenenza all'apprendimento.

Considerazioni sull'accessibilità:

Il formatore dovrebbe fornire modelli semplici e incoraggiare l'uso di testo minimo, forte contrasto e layout chiaro. Gli studenti con minore sicurezza possono lavorare su un esempio preparato o completare il compito in coppia. L'enfasi dovrebbe rimanere sulla chiarezza e sul significato personale, non su competenze avanzate di progettazione.

Valutazione:

Gli studenti completano con successo l'attività se:

- identificano tre competenze rilevanti
- spiegano ciascuna competenza in modo chiaro e personale
- includono un'azione concreta per ciascuna competenza
- presentano il proprio lavoro in un formato visivo leggibile e comprensibile

HYPERWRITEAI (Gratuito)

Titolo dello strumento	 HyperWrite HyperWrite Plain Language Converter per la semplificazione del testo
Breve descrizione	HyperWrite è una piattaforma di scrittura basata sull'intelligenza artificiale che include strumenti come il Plain Language Converter e il Text Simplifier, che aiutano a riscrivere contenuti difficili o tecnici in un linguaggio più chiaro e accessibile.
Funzionalità principali	Le sue funzioni principali in questo contesto sono la semplificazione di testi complessi, la riduzione del gergo, il miglioramento della leggibilità e la facilitazione della comprensione dei contenuti scritti per i lettori principianti o con scarsa fiducia nelle proprie capacità. HyperWrite offre anche altri strumenti di scrittura e sintesi all'interno della stessa piattaforma.
Valore educativo (Perché aiuta i NEET)	Questo tipo di strumento è particolarmente utile per gli studenti con scarsa sicurezza nella lettura, percorsi formativi interrotti o scarsa familiarità con il vocabolario formale o accademico. Aiuta a ridurre il carico cognitivo e può rendere la teoria, le istruzioni o le informazioni più accessibili e meno intimidatorie.
Considerazioni sull'accessibilità	I formatori dovrebbero confrontare la versione originale e quella semplificata con gli studenti per verificare se il significato principale è stato preservato. È preferibile iniziare con brevi brani, utilizzare indicazioni semplici e passare gradualmente a testi più lunghi o complessi.
Rischi e limiti	La semplificazione può eliminare sfumature, omettere dettagli importanti o produrre spiegazioni che sembrano più facili ma non sono del tutto accurate. Gli studenti potrebbero anche supporre che un linguaggio più semplice significhi sempre una migliore comprensione. Per questo motivo, i risultati dovrebbero essere rivisti, discussi e confrontati con il testo originale piuttosto che accettati automaticamente.
Link ufficiale	HyperWrite Plain Language Converter:

	https://www.hyperwriteai.com/aitools/plainlanguage-converter
Licenza / Costo	HyperWrite non è gratuito al 100% . Secondo i prezzi ufficiali, gli utenti possono iniziare a utilizzarlo gratuitamente, mentre i piani a pagamento includono il piano Premium a 19,99 \$ al mese e il piano Ultra a 44,99 \$ al mese . Le pagine di Text Simplifier indicano inoltre che lo strumento è disponibile in versione di prova limitata , con accesso completo solo nei piani a pagamento.

Attività pratica proposta

Titolo: Rendere più comprensibile un testo difficile

Obiettivo:

Aiutare gli studenti a migliorare la comprensione della lettura, ridurre la paura dei testi difficili e esercitarsi a spiegare le informazioni con un linguaggio più semplice.

Durata:

25–35 minuti

Materiali:

- Un breve paragrafo sull'apprendimento permanente, l'occupabilità o la partecipazione digitale
- Un dispositivo con accesso a Internet
- Accesso al convertitore di linguaggio semplice o al semplificatore di testo di HyperWrite
- Un foglio di lavoro o un documento digitale per le risposte

Procedura:

1. Il formatore fornisce agli studenti un breve paragrafo scritto in un linguaggio di media difficoltà.
2. Gli studenti leggono il testo originale una volta e sottolineano le parole o le frasi che trovano difficili.
3. Incollano quindi il paragrafo in HyperWrite e chiedono allo strumento di riscriverlo in un linguaggio più semplice.
4. Gli studenti leggono la versione semplificata e la confrontano con l'originale.
5. Sottolineano o elencano tre parole, espressioni o idee che ora comprendono meglio.

6. Ogni studente spiega il significato del paragrafo con parole proprie, oralmente a un compagno o in una o due brevi frasi scritte.
7. Il formatore conclude l'attività con una breve discussione sul fatto che la versione semplificata abbia mantenuto lo stesso significato dell'originale e sul perché i testi generati dall'IA debbano sempre essere controllati.

Suggerimento:

“Riscrivi questo paragrafo in un linguaggio semplice e chiaro per un lettore di livello principiante.”

Risultati di apprendimento attesi:

Al termine dell'attività, gli studenti saranno in grado di:

- identificare le parti difficili di un testo
- utilizzare uno strumento di IA per semplificare i contenuti
- confrontare criticamente la versione originale e quella semplificata
- spiegare il significato principale di un paragrafo con parole proprie

Valore pedagogico:

Questa attività migliora la comprensione, riduce il carico cognitivo e aiuta gli studenti ad affrontare contenuti difficili con maggiore sicurezza. È particolarmente utile per gli studenti NEET perché abbassa le barriere legate all'alfabetizzazione, incoraggiando al contempo la riflessione e la comprensione attiva.

Considerazioni sull'accessibilità:

I testi dovrebbero essere brevi e pertinenti, e il formatore dovrebbe iniziare con un solo paragrafo. Gli studenti con minore sicurezza possono svolgere l'attività in coppia. L'enfasi dovrebbe rimanere sulla comprensione del significato, non sulla copia dell'output dell'IA.

Valutazione:

Gli studenti completano con successo l'attività se:

- confrontano il testo originale con quello semplificato
- identificano tre elementi che comprendono meglio
- spiegano il paragrafo con parole proprie
- dimostrano consapevolezza del fatto che la semplificazione debba essere rivista criticamente

READ&WRITE (Versione gratuita)

Titolo dello strumento	 Read&Write per il supporto all'alfabetizzazione e all'accessibilità
Breve descrizione	Read&Write è uno strumento di supporto all'alfabetizzazione e all'accessibilità che aiuta gli studenti a leggere, comprendere e interagire più facilmente con i testi digitali attraverso funzionalità quali la sintesi vocale, il supporto al vocabolario e l'assistenza alla lettura.
Funzionalità principali	Offre sintesi vocale, supporto per immagini e dizionari, assistenza alla lettura, mascheramento dello schermo, strumenti di evidenziazione e supporto per pagine web e tipi di file comuni utilizzati negli ambienti Google Drive, inclusi Google Docs, Google Slides, PDF ed ePub.
Valore educativo (Perché aiuta i NEET)	È particolarmente indicato per gli studenti con scarse competenze di alfabetizzazione, affaticamento da lettura, dislessia o esigenze di apprendimento legate alla neurodiversità. Rende i contenuti più accessibili, riduce gli ostacoli alla comprensione e favorisce una partecipazione più inclusiva negli ambienti di apprendimento digitale.
Considerazioni sull'accessibilità	Questo strumento dovrebbe essere presentato come una normale opzione di supporto, non come una soluzione legata allo stigma. Gli studenti dovrebbero essere incoraggiati a scegliere quali funzioni di supporto li aiutano di più e a combinare l'ascolto, la lettura e il supporto al vocabolario in modi che corrispondano alle loro esigenze.

Rischi e limiti	Alcuni studenti potrebbero diventare eccessivamente dipendenti dalle funzioni di supporto senza sviluppare strategie di lettura attive. I formatori dovrebbero quindi combinare l'uso dello strumento con domande di comprensione, riflessione e graduale indipendenza. L'accesso alle funzioni premium dipende anche dall'abbonamento o dalla licenza istituzionale.
Link ufficiale	Read&Write Education: https://www.texthelp.com/products/read-and-write-education/why-read-and-write/
Licenze / Costi	Read&Write non è generalmente gratuito per uso personale . Texthelp indica una licenza individuale a 184 dollari all'anno per l'istruzione, mentre le scuole e i distretti hanno modelli di prezzo separati. Texthelp afferma inoltre che gli insegnanti della scuola primaria e secondaria possono accedere a Read&Write gratuitamente .

Attività pratica proposta

Titolo: Ascoltare, leggere e comprendere con Read&Write

Obiettivo:

Aiutare gli studenti a migliorare la comprensione combinando la sintesi vocale, la lettura silenziosa e la riflessione attiva.

Durata:

25–35 minuti

Materiali:

- Un breve articolo o un breve testo informativo
- Un dispositivo con accesso a Internet
- Accesso a Read&Write
- Tre domande di comprensione preparate dal formatore

Procedura:

1. Il formatore fornisce agli studenti un breve articolo relativo all'occupabilità, al benessere, all'identità digitale o all'apprendimento permanente.
2. Gli studenti ascoltano prima il testo utilizzando la funzione di sintesi vocale di Read&Write, seguendo le parole sullo schermo.

3. Successivamente rileggono lo stesso testo in silenzio e individuano eventuali parole difficili o parti poco chiare.
4. Se necessario, utilizzano il supporto del vocabolario o del dizionario per chiarire le parole che non conoscono.
5. Dopo la lettura, gli studenti rispondono a tre brevi domande di comprensione preparate dal formatore.
6. L'attività si conclude con una breve riflessione sul fatto che l'ascolto, la lettura o la combinazione di entrambi li abbia aiutati a comprendere meglio il testo.

Domande di riflessione suggerite:

- Quale parte del testo è stata più facile da comprendere dopo l'ascolto?
- Qualche parola è diventata più chiara grazie al supporto del dizionario o delle immagini?
- Quale metodo ti ha aiutato di più: l'ascolto, la lettura o entrambi insieme?

Risultati di apprendimento attesi:

Al termine dell'attività, gli studenti saranno in grado di:

- utilizzare la sintesi vocale come supporto alla comprensione scritta
- identificare le parole sconosciute e chiarirne il significato
- rispondere a domande di comprensione di base su un breve testo
- riflettere su quali strumenti di accessibilità li aiutino ad apprendere in modo più efficace

Valore pedagogico:

Questa attività favorisce pratiche di lettura inclusive, la comprensione, lo sviluppo del vocabolario e la consapevolezza di sé. È particolarmente utile per gli studenti NEET perché riduce la pressione legata ai materiali ricchi di testo e offre modi alternativi per accedere al significato.

Considerazioni sull'accessibilità:

Il testo dovrebbe essere breve, pertinente e non sovraccarico dal punto di vista visivo. Gli studenti dovrebbero essere liberi di riprodurre l'audio, combinare diversi strumenti di supporto e lavorare al proprio ritmo. Il formatore dovrebbe presentare le funzionalità di accessibilità come normali supporti di apprendimento a disposizione di tutti.

Valutazione:

Gli studenti completano con successo l'attività se:

- usano Read&Write per accedere al testo

- rispondono alle tre domande di comprensione
- identificano almeno una parola o una parte del testo che è risultata loro più chiara
- riflettono brevemente su quale strategia di supporto li ha aiutati di più



C. IMMAGINE DIGITALE PERSONALE E SOCIAL NETWORK

Promuovere la consapevolezza dell'apprendimento permanente tra i giovani NEET **FALLYNEETS**

2025-1-PT02-KA210-YOU-000361656



Co-funded by the
European Union

Finanziato dall'Unione Europea. Le opinioni e i punti di vista espressi sono tuttavia esclusivamente quelli degli autori e non riflettono necessariamente quelli dell'Unione Europea o dell'Agenzia esecutiva per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione Europea né l'EACEA possono essere ritenute responsabili per essi.



1. Quadro concettuale

Nel mondo digitale di oggi, i social media e le piattaforme online svolgono un ruolo centrale nel modo in cui le persone si presentano, comunicano e accedono alle opportunità. Per i giovani, in particolare per quelli che non studiano, non lavorano e non seguono corsi di formazione (NEET), comprendere come gestire la propria presenza digitale è essenziale sia per lo sviluppo personale che per l'occupabilità.

Questa sezione introduce i concetti chiave relativi all'identità digitale, alla reputazione online e all'uso sicuro dei social network.



Definizione di identità digitale

L'identità digitale si riferisce al modo in cui una persona è rappresentata online. Comprende tutte le informazioni, i contenuti e le interazioni associate a un individuo sulle piattaforme digitali.

Ciò può includere:

- Profili sui social media
- Foto e video

- Commenti e post
- Nomi utente e biografie
- Attività e interazioni online

L'identità digitale non è solo ciò che le persone scelgono di condividere, ma anche ciò che gli altri possono vedere o trovare su di loro online.

Per i giovani NEET, l'identità digitale può diventare uno strumento potente per esprimere competenze, interessi e personalità, specialmente quando l'esperienza lavorativa tradizionale può essere limitata.

Reputazione e impronta digitale

L'impronta digitale è la traccia di dati che le persone lasciano quando utilizzano Internet. Essa comprende sia:

- **Impronta attiva:** contenuti condivisi intenzionalmente (post, commenti, upload)
- **Impronta passiva:** dati raccolti automaticamente (Mi piace, comportamento di navigazione, tag)

La reputazione digitale è il modo in cui gli altri percepiscono una persona sulla base di questa impronta.

Datori di lavoro, formatori e organizzazioni spesso esaminano i profili online prima di offrire opportunità. Una presenza digitale negativa o poco chiara può limitare l'accesso a posti di lavoro o formazione, mentre una ben gestita può creare nuove opportunità.

Autopresentazione positiva vs. negativa

L'autopresentazione si riferisce al modo in cui le persone scelgono di mostrarsi online.

Una presentazione di sé positiva include:

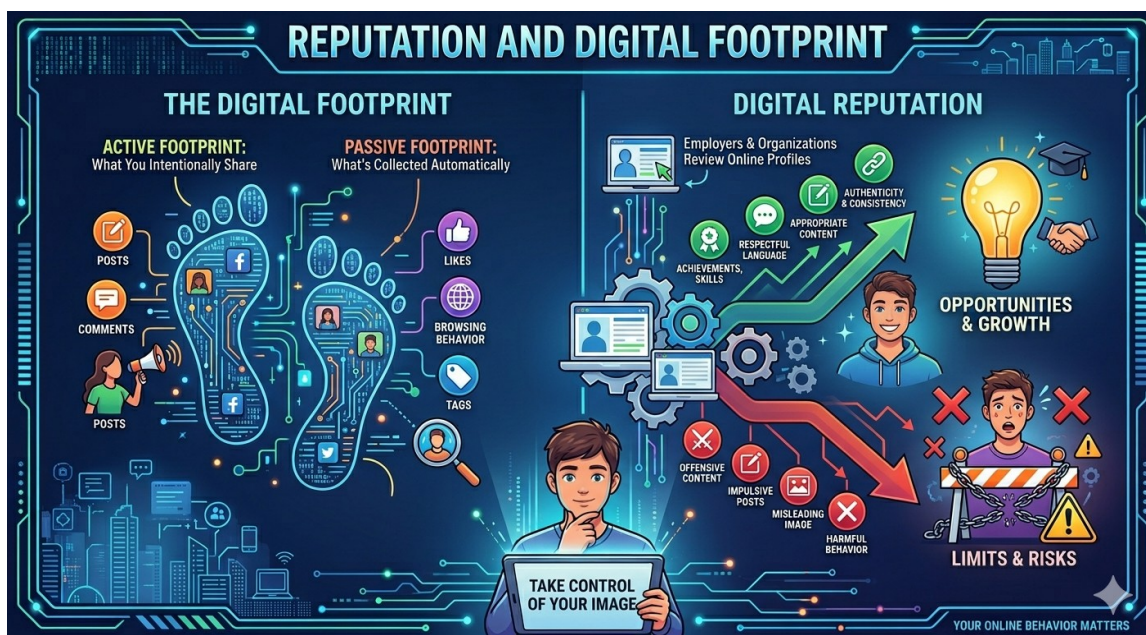
- Condivisione di risultati, competenze o progetti
- L'uso di un linguaggio rispettoso

- Pubblicazione di contenuti appropriati e costruttivi
- Mostrare autenticità e coerenza

Una presentazione di sé negativa include:

- Condivisione di contenuti offensivi o inappropriati
- Pubblicare in modo impulsivo o emotivo
- Creare un'immagine fuorviante o incoerente
- Adottare comportamenti online dannosi

I giovani potrebbero non essere sempre consapevoli di come il loro comportamento online viene percepito dagli altri. Sviluppare la consapevolezza della propria immagine aiuta a prendere il controllo della propria immagine e ad allinearla ai propri obiettivi.



Nozioni fondamentali sulla privacy e la sicurezza online

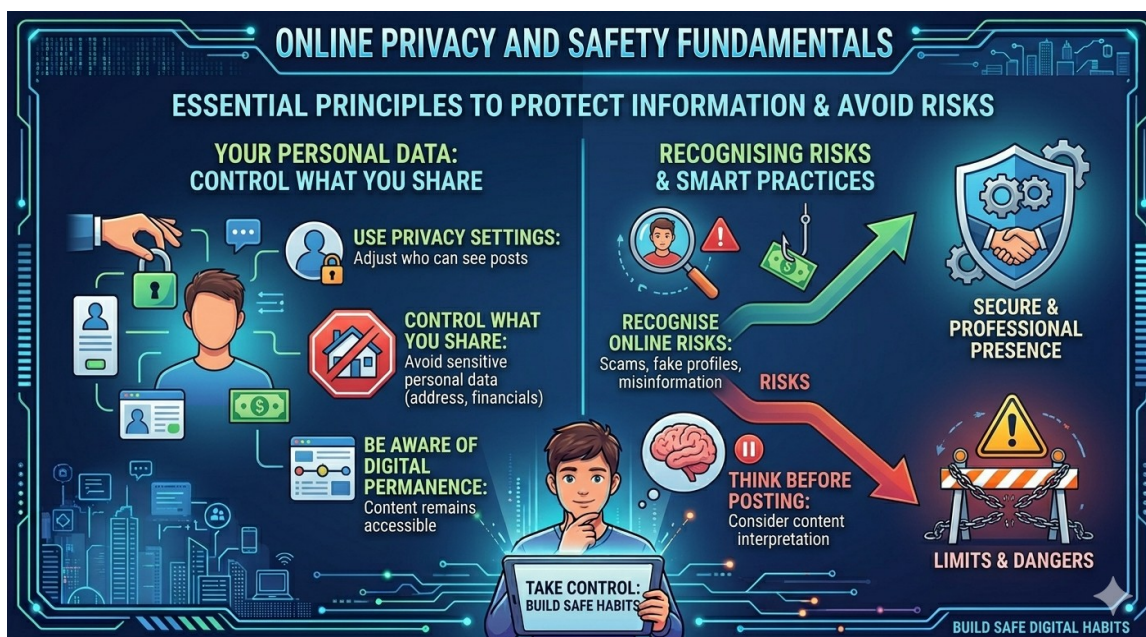
Comprendere la privacy e la sicurezza online è essenziale per proteggere le informazioni personali ed evitare rischi.

I principi chiave includono:

- **Controlla ciò che condividi:** evita di condividere dati personali sensibili (indirizzo, informazioni finanziarie, dettagli privati)

- **Utilizza le impostazioni sulla privacy:** regola chi può vedere i post e le informazioni personali
- **Siate consapevoli della permanenza digitale:** i contenuti condivisi online possono rimanere accessibili anche se cancellati
- **Riconoscere i rischi online:** truffe, profili falsi e disinformazione
- **Pensate prima di pubblicare:** valutate come i contenuti potrebbero essere interpretati dagli altri

Per i giovani NEET, sviluppare abitudini digitali sicure non riguarda solo la protezione, ma anche la creazione di una presenza online sicura e professionale.



Riflessione chiave

La tua identità digitale fa parte della tua identità reale.

Ciò che condividi online può influenzare il modo in cui gli altri ti vedono e le opportunità che ti si presentano.

Messaggio chiave

Gestire la tua immagine digitale non significa essere perfetti.

Si tratta di essere consapevoli, intenzionali e responsabili nel modo in cui ti presenti.

2. Sfide per i giovani NEET

I giovani che non studiano, non lavorano e non seguono corsi di formazione (NEET) spesso affrontano sfide specifiche quando interagiscono con gli ambienti digitali. Sebbene i social media e le piattaforme online offrano opportunità di apprendimento, networking ed espressione di sé, possono anche comportare dei rischi se utilizzati senza consapevolezza o guida.

Comprendere queste sfide è essenziale per aiutare i giovani NEET a sviluppare una presenza digitale sicura, professionale e consapevole.

Sovraesposizione sui social media

Molti giovani condividono contenuti online senza considerare appieno l'impatto a lungo termine. Pubblicare informazioni personali, reazioni emotive o contenuti sensibili può portare a un'eccessiva esposizione.

Ciò può includere:

- Condivisione di dettagli privati sulla vita personale
- Pubblicazione di contenuti in momenti emotivamente intensi
- Caricare immagini o video senza considerare le conseguenze future

Nel tempo, questo crea un'impronta digitale che potrebbe non essere in linea con gli obiettivi personali o professionali.

Esempio:

Un giovane pubblica contenuti impulsivi in cui esprime frustrazione o rabbia, che in seguito diventano visibili a potenziali datori di lavoro o istituzioni.



Mancanza di consapevolezza dei rischi digitali

I giovani NEET potrebbero non essere sempre pienamente consapevoli dei rischi associati all'attività online. Tra questi vi sono:

- Truffe e false offerte di lavoro
- Problemi relativi alla privacy dei dati
- Furto d'identità
- Disinformazione e contenuti falsi

Senza le conoscenze adeguate, i giovani potrebbero fidarsi di fonti inaffidabili o esporsi a situazioni pericolose.

Esempio:

Accettare un'offerta di lavoro da una fonte online non verificata e condividere dati personali senza verificarne l'affidabilità.

Difficoltà nel costruire un profilo professionale

La creazione di un'immagine digitale professionale richiede competenze specifiche che molti giovani NEET non hanno ancora sviluppato.

Tra le difficoltà più comuni figurano:

- Non sapere quali contenuti condividere
- Mancanza di esperienza nel presentare competenze e punti di forza
- Profili incoerenti o incompleti
- L'uso di un linguaggio informale o inappropriato

Questo può rendere più difficile l'accesso alle opportunità, anche quando la persona ha del potenziale.

Esempio:

Un profilo sui social media che contiene solo contenuti personali, senza alcuna indicazione di competenze, interessi o obiettivi.

Sensibilità emotiva alle critiche online

Gli ambienti online possono esporre i giovani a critiche, commenti negativi o confronti con gli altri. Per le persone con scarsa autostima, ciò può avere un forte impatto emotivo.

Ciò può portare a:

- Paura di pubblicare o esprimere opinioni
- Diminuzione dell'autostima
- Ansia legata alla validazione sociale (like, commenti)
- Ritiro dall'interazione online o sociale

Gestire le reazioni emotive negli spazi digitali è una competenza fondamentale per mantenere il benessere e la fiducia in se stessi.

Esempio:

Un giovane riceve un feedback negativo su un post e decide di smettere del tutto di condividere contenuti, rafforzando così il proprio isolamento.

Riflessione chiave

Le sfide digitali non sono solo tecniche, ma anche emotive e comportamentali. Il modo in cui i giovani si percepiscono influenza il loro comportamento online.

Messaggio chiave

L'uso inconsapevole dei social media può limitare le opportunità.
Usarli in modo consapevole può crearne di nuove.



3. Temi fondamentali da sviluppare

3.1. Uso responsabile dei social media

Un uso responsabile dei social media significa essere consapevoli di ciò che si condivide, di come lo si condivide e delle potenziali conseguenze del comportamento online. Per i giovani NEET, sviluppare abitudini responsabili è essenziale per proteggere il loro benessere, costruire un'immagine digitale positiva ed evitare rischi.

I social media non dovrebbero essere solo uno spazio di intrattenimento, ma anche uno strumento di crescita personale e di opportunità.

Impostazioni sulla privacy

Cosa sono:

Le impostazioni sulla privacy consentono agli utenti di controllare chi può vedere i loro contenuti, le informazioni personali e l'attività sulle piattaforme dei social media.

Perché è importante:

Senza un adeguato controllo della privacy, i dati personali possono essere esposti a estranei, organizzazioni o un pubblico non desiderato.

Pratiche chiave:

- Impostare i profili come privati quando opportuno
- Controlla chi può visualizzare i post, le storie e le informazioni personali
- Limitare la condivisione della posizione
- Controlla regolarmente l'elenco dei follower o dei contatti
- Modifica le autorizzazioni per l'aggiunta di tag e commenti

Esempio:

Un giovane condivide pubblicamente delle foto personali senza rendersi conto che chiunque, compresi gli utenti sconosciuti, può accedervi.

Esercizio pratico:

Chiedi agli studenti di:

- Rivedano le impostazioni sulla privacy di uno dei loro account sui social media
- Identifichino cosa è pubblico e cosa è privato
- Apportino almeno due modifiche per migliorare la privacy

Prevenzione dei contenuti dannosi

Che cos'è:

Evitare la creazione, la condivisione o l'interazione con contenuti che potrebbero essere offensivi, fuorvianti o dannosi.

Perché è importante:

I contenuti condivisi online contribuiscono alla reputazione digitale e possono influire sulle opportunità future.

Esempi di contenuti dannosi:

- Linguaggio offensivo o incitamento all'odio
- Commenti aggressivi o irrispettosi
- Condivisione di disinformazione o notizie false
- Foto o video inappropriati
- Contenuti pubblicati in momenti di rabbia o frustrazione

Pratiche chiave:

- Pensaci bene prima di pubblicare
- Chiediti: "Mi sentirei a mio agio se un datore di lavoro vedesse questo?"
- Evita di reagire d'impulso
- Verifica le informazioni prima di condividerle

Esempio:

Pubblicare un commento negativo su un'esperienza passata che in seguito potrebbe essere interpretato come poco professionale.

Esercizio pratico:

Chiedi agli studenti di riflettere:

- Ho mai pubblicato qualcosa d'impulso?
- Quale potrebbe essere l'impatto di quel post in futuro?
- Come potrei riscriverlo in modo più costruttivo?



Sensibilizzazione sul cyberbullismo

Che cos'è:

Il cyberbullismo si riferisce a comportamenti dannosi messi in atto attraverso le

piattaforme digitali, tra cui molestie, insulti, esclusione o diffusione di informazioni false.

Perché è importante:

Il cyberbullismo può avere gravi conseguenze emotive e influire sulla salute mentale, sulla fiducia in se stessi e sulla partecipazione sociale.

Forme di cyberbullismo:

- Messaggi o commenti offensivi
- Umiliazione pubblica o derisione
- Condivisione di informazioni private senza consenso
- Esclusione da gruppi online

Come reagire:

- Non lasciarti coinvolgere in interazioni dannose
- Blocca o segnala gli utenti offensivi
- Salvare le prove se necessario
- Cerca il sostegno di persone di fiducia

Esempio:

Un giovane riceve ripetuti commenti negativi sui propri post, il che provoca ansia e lo porta ad allontanarsi dai social media.

Esercizio pratico:

Riflessione basata su uno scenario:

- Cosa faresti se ricevessi un messaggio offensivo?
- A chi potresti chiedere aiuto?
- Come puoi proteggerti online?

Riflessione chiave

L'uso responsabile dei social media non riguarda le restrizioni, ma la consapevolezza e il controllo.

Piccole azioni possono prevenire conseguenze a lungo termine.

Messaggio chiave

Prima di pubblicare, chiediti:

È sicuro, rispettoso e in linea con chi voglio essere?

3.2. Immagine digitale professionale

Un'immagine digitale professionale si riferisce al modo in cui un individuo si presenta online in modo da riflettere le proprie competenze, i propri valori e i propri obiettivi. Per i giovani NEET, costruire un'immagine digitale forte è un passo importante verso una maggiore visibilità, credibilità e accesso alle opportunità.

Anche senza un'esperienza lavorativa formale, i giovani possono utilizzare le piattaforme digitali per mostrare il proprio potenziale e creare una prima impressione positiva.

Scrivere una biografia

Che cos'è:

Una biografia è una breve descrizione che presenta chi sei, cosa fai e quali sono i tuoi interessi o obiettivi.

Perché è importante:

La biografia è spesso la prima cosa che le persone vedono quando visitano un profilo. Aiuta gli altri a comprendere rapidamente la tua identità e le tue intenzioni.

Elementi chiave di una buona biografia:

- Linguaggio chiaro e semplice
- Riferimento a interessi, competenze o obiettivi
- Tono positivo e autentico
- Parole chiave pertinenti (ad es. "apprendimento", "competenze digitali", "creativo", "motivato")

Esempio:

- Versione di base: "Mi piace la musica e uscire con gli amici"
- Migliorato: "Mi interessa il design digitale e l'apprendimento di nuove competenze. Sono motivato a crescere ed esplorare nuove opportunità."

Esercizio pratico:

Chiedi agli studenti di:

- Scrivere la loro biografia attuale
- Riscrivilo concentrandoti su competenze, interessi e obiettivi
- Confronta le due versioni e rifletti sulle differenze

Scegliere le foto appropriate**Cosa sono:**

Le foto del profilo e le immagini condivise contribuiscono fortemente alla prima impressione e alla credibilità digitale.

Perché è importante:

Le immagini comunicano professionalità, atteggiamento e personalità. Una foto inappropriata o poco chiara può influire negativamente sulla percezione.

Linee guida principali:

- Utilizza immagini chiare e di buona qualità
- Scegli sfondi neutri o semplici
- Assicurati che l'illuminazione sia adeguata
- Presentati in modo naturale e rispettoso
- Evita immagini eccessivamente ritoccate o fuorvianti

Esempi:

- Inappropriato: foto sfocata, foto di gruppo o immagine di una festa
- Appropriato: foto nitida, sfondo neutro, espressione naturale

Esercizio pratico:

Chiedi agli studenti di:

- Rivedano la loro attuale foto del profilo
- Identifichino il messaggio che essa comunica
- Selezionino o creino un'immagine più adatta

Mantenere una presenza autentica ma rispettosa

Di cosa si tratta:

Trovare un equilibrio tra autenticità (essere se stessi) e professionalità (essere appropriati e rispettosi).

Perché è importante:

Un'immagine digitale dovrebbe riflettere chi sei, ma anche tenere conto di come gli altri potrebbero interpretare i tuoi contenuti.

Pratiche chiave:

- Condividi contenuti che riflettano i tuoi interessi e i tuoi valori
- Usa un linguaggio rispettoso e costruttivo
- Evita contenuti estremi o controversi quando non sono necessari
- Mantieni un tono e un messaggio coerenti su tutte le piattaforme

Esempio:

- Autentico ma non professionale: pubblicare solo opinioni personali o contenuti emotivi
- Approccio equilibrato: condividere interessi personali mettendo in evidenza anche competenze, apprendimento o obiettivi

Esercizio pratico:

Attività di riflessione:

- Cosa dicono di me i miei post?
- Mi sentirei a mio agio se un formatore o un datore di lavoro vedesse il mio profilo?
- Cosa cambierei per riflettere meglio i miei obiettivi?

Riflessione chiave

La tua immagine digitale è spesso la prima impressione che dai.

Forse non incontrerai le persone di persona, ma loro ti incontreranno online.

Messaggio chiave

Essere autentici non significa condividere tutto.

Significa scegliere ciò che ti rappresenta in modo positivo e consapevole.

3.3. Fare rete con i social media

Il networking tramite i social media si riferisce alla capacità di utilizzare le piattaforme digitali per connettersi con gli altri, costruire relazioni e accedere a opportunità. Per i giovani NEET, i social media possono diventare uno strumento potente per esplorare percorsi di carriera, imparare dagli altri e creare visibilità.

Invece di utilizzare i social network solo per l'intrattenimento, i giovani possono impiegarli in modo strategico per sostenere il proprio sviluppo personale e professionale.

Nozioni di base su LinkedIn

Cos'è:

LinkedIn è un social network professionale progettato per lo sviluppo della carriera, la ricerca di lavoro e le connessioni professionali.

Perché è importante:

Consente agli utenti di presentare le proprie competenze, esperienze e obiettivi in modo strutturato e professionale, anche senza un'esperienza lavorativa formale.

Elementi chiave di un profilo LinkedIn:

- Foto del profilo (nitida e professionale)
- Titolo (breve descrizione degli interessi o degli obiettivi)
- Sezione "Informazioni" (riassunto personale)
- Competenze e interessi
- Esperienza (compresi volontariato, formazione o progetti personali)

Esempio:

Un giovane senza esperienza lavorativa può includere:

- Partecipazione a workshop
- Competenze digitali acquisite
- Progetti personali o interessi

Esercizio pratico:

Chiedi agli studenti di:

- Creare o aggiornare un profilo LinkedIn
- Aggiungano almeno 3 competenze
- Scrivere una breve sezione "Informazioni"

Usare Instagram / TikTok per esprimersi professionalmente

Di cosa si tratta:

Sebbene spesso considerati piattaforme di intrattenimento, Instagram e TikTok possono essere utilizzati per esprimere competenze, creatività e interessi in modo professionale o semi-professionale.

Perché è importante:

Queste piattaforme consentono ai giovani di costruire un marchio personale visibile e di mostrare le proprie capacità in un formato pratico e coinvolgente.

Esempi di utilizzo professionale:

- Condivisione di lavori creativi (design, musica, scrittura)
- Pubblicazione dei progressi nell'apprendimento (corsi, sviluppo delle competenze)
- Realizzazione di brevi video che illustrano argomenti o esperienze

- Mostrare progetti o risultati personali

Pratiche chiave:

- Mantieni i contenuti coerenti con i tuoi interessi e obiettivi
- Usa un linguaggio e un tono appropriati
- Evita contenuti controversi o dannosi
- Mantieni un equilibrio tra post personali e professionali

Esempio:

Un giovane interessato al design digitale condivide brevi video che mostrano il suo processo creativo e il lavoro finale.

Esercizio pratico:

Chiedi agli studenti di:

- Identifichino una loro abilità o un loro interesse
- Creino un semplice post o video relativo a tale competenza o interesse
- Riflettano su come questo rappresenti la loro identità

Interagire in modo sicuro online**Che cos'è:**

Interagire in modo sicuro significa interagire con gli altri in modo rispettoso e protetto, salvaguardando le informazioni personali ed evitando i rischi.

Perché è importante:

Il networking implica la comunicazione con persone che potrebbero essere sconosciute. Un coinvolgimento sicuro previene esperienze negative e crea fiducia.

Pratiche chiave:

- Verificare i profili prima di interagire
- Evitare di condividere informazioni personali o sensibili
- Comunicare in modo rispettoso e chiaro
- Prestare attenzione alle offerte di lavoro o alle opportunità provenienti da fonti sconosciute
- Stabilire dei limiti nelle interazioni online

Esempio:

Prima di rispondere a un'opportunità di lavoro ricevuta tramite i social media, un giovane verifica la credibilità dell'azienda o del profilo.

Esercizio pratico:

Riflessione basata su uno scenario:

- Ricevi un messaggio che ti offre un'opportunità di lavoro
- Quali misure adotteresti prima di rispondere?
- Come verifichereesti se è sicuro?

Riflessione chiave

Il networking non riguarda il numero di follower, ma la qualità delle connessioni.
Costruire relazioni significative può aprire opportunità concrete.

Messaggio chiave

I social media possono metterti in contatto con le opportunità, se li usi con intenzione, consapevolezza e uno scopo.

4. Integrazione nel PLE

Un Ambiente di Apprendimento Personale (PLE) permette alle persone di organizzare il proprio apprendimento, le risorse e lo sviluppo personale in modo strutturato e intenzionale. Integrare l'identità digitale e la gestione dei social media in un PLE aiuta i giovani NEET ad assumere il controllo di come si presentano online e di come utilizzano le piattaforme digitali per crescere.

Questa integrazione trasforma i social media da un'attività passiva a uno strumento attivo per lo sviluppo e le opportunità.

Portfolio digitale

Un portfolio digitale è una raccolta di contenuti che rappresenta le competenze, gli interessi e i progressi di una persona nel tempo. Può essere creato utilizzando diverse piattaforme come LinkedIn, siti web personali o profili social curati.

All'interno del PLE, il portfolio digitale dovrebbe includere:

- Biografia personale e obiettivi
- Abilità e competenze
- Esempi di lavori o progetti
- Esperienze di apprendimento (corsi, workshop, autoapprendimento)
- Risultati e progressi

Per i giovani NEET, un portfolio digitale è particolarmente importante perché permette loro di dimostrare il proprio potenziale anche senza un'esperienza lavorativa formale.

Miglioramento dell'immagine di sé attraverso contenuti curati

Curare i contenuti significa selezionare e organizzare ciò che viene condiviso online in modo deliberato e significativo.

All'interno del PLE, gli studenti possono:

- Rivedere e migliorare i propri profili esistenti
- Rimuovere o modificare i contenuti che non sono in linea con i propri obiettivi
- Condividere post che riflettono i propri interessi, apprendimenti e competenze
- Creare una presenza online coerente e positiva

Questo processo aiuta i giovani a passare da una pubblicazione incontrollata a una comunicazione intenzionale.

Registrare i progressi nel tempo

Monitorare i progressi è essenziale per la motivazione e la consapevolezza di sé. All'interno del PLE, gli studenti dovrebbero monitorare come si evolvono la loro immagine digitale e il loro comportamento online.

Ciò può includere:

- Aggiornare regolarmente i profili
- Registrazione di nuove competenze o esperienze di apprendimento
- Riflettere sui miglioramenti nella comunicazione e nella qualità dei contenuti
- Prendere nota dei cambiamenti nella sicurezza di sé durante l'interazione online

Rendendo visibili i progressi, gli studenti possono comprendere meglio il proprio sviluppo e rimanere coinvolti nel processo.

Collegare l'identità digitale agli obiettivi personali e professionali

L'uso dei social media e degli strumenti digitali dovrebbe essere allineato agli obiettivi individuali.

All'interno del PLE, gli studenti sono incoraggiati a:

- Definire obiettivi a breve e lungo termine (ad esempio, trovare un lavoro, sviluppare una competenza)

- Allineare i propri contenuti digitali a tali obiettivi
- Utilizzare le piattaforme per entrare in contatto con persone e opportunità rilevanti
- Riflettere su come la loro presenza online sostenga o limiti i loro progressi

Questo collegamento garantisce che l'attività digitale sia mirata e contribuisca a risultati concreti.

Riflessione chiave

La tua presenza digitale può giocare a tuo favore o contro di te.
La differenza sta nel modo in cui la gestisci in modo consapevole.

Messaggio chiave

Un PLE ben strutturato ti aiuta a organizzare non solo ciò che impari, ma anche il modo in cui ti presenti al mondo.

5. Approccio pedagogico agli strumenti di IA

VIDNOZ AI (Creatore gratuito di video con avatar)

Costo: gratuito

Cosa fa:

Crea brevi video professionali con avatar senza bisogno di una videocamera.

Perché è adatto ai giovani NEET:

- Aiuta a rafforzare la fiducia in se stessi nel presentarsi
- Utile per presentazioni professionali
- Elimina l'ansia da telecamera

Approccio educativo:

Sostiene le competenze di comunicazione digitale e l'auto-presentazione. I giovani imparano a fare una presentazione personale in un ambiente sicuro e controllato.

SNAPEDIT AI (Ritocco foto gratuito)

Costo: gratuito

Cosa fa:

Rimuove gli sfondi, migliora la qualità, elimina il rumore e aumenta la nitidezza.

Perché è adatto ai giovani NEET:

- Permette di creare foto profilo dall'aspetto professionale
- Molto facile da usare
- Aiuta i giovani a prendere in mano la propria immagine digitale

Approccio educativo:

Insegna l'identità visiva, la credibilità e la professionalità sui social network.

Google Alerts (Avvisi di Google)

Breve descrizione

Google Alerts è uno strumento di monitoraggio online gratuito che permette agli utenti di tenere traccia di quando il proprio nome o parole chiave specifiche compaiono su Internet. Invia notifiche automatiche quando vengono pubblicati nuovi contenuti, aiutando gli utenti a rimanere consapevoli della propria presenza digitale.

Funzionalità principali

- Monitoraggio delle menzioni di un nome o di una parola chiave sul web
- Notifiche automatiche via e-mail quando vengono pubblicati nuovi contenuti
- Avvisi personalizzabili (frequenza, fonti, lingua)
- Possibilità di monitorare più parole chiave contemporaneamente
- Configurazione semplice che non richiede conoscenze tecniche

Valore educativo (perché aiuta i NEET)

Google Alerts aiuta i giovani NEET a comprendere e gestire la propria impronta digitale rendendo visibile la loro presenza online.

Il suo valore educativo include:

- Maggiore consapevolezza di come le informazioni personali appaiono online
- Aiutare gli utenti a identificare potenziali rischi o contenuti indesiderati
- Incoraggiare la responsabilità in ciò che condividono pubblicamente
- Sostenere lo sviluppo di un'identità digitale professionale
- Promuovere la riflessione su come gli altri potrebbero percepirli online

Utilizzando questo strumento, i giovani possono assumere il controllo della propria reputazione digitale e prendere decisioni più consapevoli riguardo al proprio comportamento online.

Considerazioni sull'accessibilità

- Completamente gratuito
- Accessibile tramite qualsiasi browser web
- Procedura di configurazione semplice e intuitiva
- Richiede solo un account Google
- Adatto a utenti con scarse competenze digitali

Rischi e limitazioni

- Traccia solo i contenuti disponibili pubblicamente (non copre i profili privati)
- I risultati dipendono dalla diffusione del nome o della parola chiave
- Richiede un controllo regolare e l'interpretazione dei risultati
- Non rimuove automaticamente i contenuti indesiderati



D. ORIENTAMENTO PROFESSIONALE E IMPRENDITORIALITÀ

Promuovere la consapevolezza dell'apprendimento permanente tra i giovani NEET **FALLYNEETS**

2025-1-PT02-KA210-YOU-000361656



Co-funded by the
European Union

Finanziato dall'Unione Europea. Le opinioni e i punti di vista espressi sono tuttavia esclusivamente quelli degli autori e non riflettono necessariamente quelli dell'Unione Europea o dell'Agenzia esecutiva per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione Europea né l'EACEA possono essere ritenute responsabili per essi.

1. Quadro concettuale

1.1 Che cos'è l'occupabilità?

L'occupabilità è la capacità di una persona di trovare un lavoro, ma anche la capacità di mantenere lo stesso lavoro il più a lungo possibile o di cambiarlo o migliorarlo combinando competenze (hard e soft skills), capitale umano e sociale, e adattandosi ai contesti e ai cambiamenti, migliorando così il proprio ruolo e status professionale.



(Fonte: freepik.com)

L'occupabilità, quindi, è il valore professionale della persona sul mercato del lavoro e quindi la sua commerciabilità e il suo valore professionale (elementi influenzati da fattori interni come competenze, formazione e abilità o da elementi esterni come il contesto geografico e il settore in cui si opera).

Curare e migliorare la propria occupabilità è fondamentale, soprattutto nell'odierno mercato del lavoro, caratterizzato da elevata incertezza e flessibilità, per evitare di ritrovarsi disoccupati o di rimanere disoccupati per lunghi periodi. Infatti, le persone con un basso livello di istruzione e formazione e competenze professionali obsolete risultano poco appetibili per le aziende e spesso rimangono disoccupate per lunghi periodi.

Ecco perché tutti, anche chi è già occupato, devono continuare a formarsi e a migliorare le proprie competenze e abilità lavorative, migliorando così la propria occupabilità, che, in ogni caso, è influenzata da fattori sia interni che esterni.

1.2 Fattori che influenzano l'occupabilità

I fattori che influenzano l'occupabilità di una persona sono:

1. le sue caratteristiche oggettive, ovvero fattori quali
 - l'età,
 - genere,
 - salute,
 - situazione familiare,
 - contesto socioeconomico,
 - ecc.;
2. le sue competenze professionali, ovvero la capacità di svolgere un compito lavorativo specifico, e di svolgerlo bene e in modo completo;
3. le sue competenze personali, ovvero le cosiddette soft skill, che sono più o meno adattabili a tutti i lavori, quali:
 - leadership,
 - capacità di organizzazione o di collaborazione con gli altri,

- lavoro di squadra,
- comunicare in modo adeguato ed efficace,
- essere flessibili e disponibili,
- ecc.

Queste ultime, ovvero le competenze trasversali o soft skills, sono caratteristiche spesso innate e che, sebbene possano essere migliorate attraverso corsi di formazione o tirocini sul posto di lavoro, rimangono molto più strettamente legate alle caratteristiche personali di un individuo rispetto alle competenze tecniche.



(Fonte: freepik.com)

Le competenze tecniche, d'altra parte, sono le abilità più strettamente tecniche e professionali di ogni persona e possono essere acquisite attraverso una formazione o un'esperienza lavorativa.

Queste includono, ad esempio:

- cultura,
- conoscenze teoriche,
- know-how

- capacità di svolgere bene determinati compiti lavorativi, ecc.

I fattori che influenzano l'occupabilità includono anche elementi quali:

- il contesto geografico e territoriale in cui l'individuo vive e lavora;
- le caratteristiche personali e fisiche dell'individuo;
- il contesto del mercato del lavoro e ciò che viene offerto o ricercato in aree specifiche o periodi storici;
- e così via.

1.3 Competenze trasversali fondamentali per il mercato del lavoro moderno

Nel mondo del lavoro odierno, indubbiamente caratterizzato dall'ampio uso della tecnologia, dall'intelligenza artificiale e da un'automazione sempre crescente, le competenze tecniche non sono la chiave del successo professionale, o almeno non l'unica chiave.

In qualsiasi ambito lavorativo, le competenze più utili sono spesso le competenze trasversali.

Le competenze trasversali sono abilità e caratteristiche personali che aiutano le persone, ad esempio, a:

- 1) lavorare bene con gli altri
- 2) raggiungere gli obiettivi
- 3) adattarsi a situazioni diverse
- 4) trovare soluzioni innovative, nuove o semplicemente utili ai problemi.

In relazione al mercato del lavoro moderno, alcune delle competenze trasversali più importanti sono le seguenti:



- Comunicazione efficace, ovvero la capacità di trasmettere idee e informazioni in modo chiaro e persuasivo.
- Lavoro di squadra, ovvero la capacità di lavorare bene con gli altri, condividendo obiettivi e responsabilità.
- Intelligenza emotiva, ovvero la capacità di riconoscere e gestire le proprie emozioni e quelle degli altri.

- Risoluzione dei problemi, ovvero la capacità di identificare e risolvere i problemi in modo creativo ed efficace.

(Fonte: freepik.com)

- Adattabilità, ovvero la capacità di adattarsi a nuove situazioni e cambiamenti.
- Leadership, ovvero la capacità di guidare e motivare gli altri.
- Gestione del tempo, ovvero la capacità di gestire il proprio tempo in modo efficace.
- Creatività, ovvero la capacità di generare idee innovative e soluzioni creative.

- Networking, ovvero la capacità di costruire e mantenere relazioni professionali.
- Flessibilità, ovvero la disponibilità a modificare il proprio approccio, i propri compiti o i propri tempi in base alle esigenze.

Queste competenze sono, da un lato, molto apprezzate dai datori di lavoro e, dall'altro, consentono al lavoratore di distinguersi nel mercato del lavoro.

Oggi le aziende integrano sempre più le competenze trasversali nei loro processi di selezione e sviluppo del personale.

I dipendenti in possesso di queste competenze sono più produttivi, innovativi e in grado di adattarsi alle mutevoli esigenze di un mercato in continua evoluzione. Questo mercato in continua evoluzione richiede lavoratori che possiedano la capacità di adattarsi al cambiamento e di trovare soluzioni a problemi sempre più complessi.

Per questo motivo, le competenze trasversali rappresentano non solo uno strumento utile, ma anche una condizione necessaria per trovare o mantenere un lavoro e persino migliorare la propria situazione lavorativa.

Le competenze trasversali sono estremamente utili in vari contesti professionali, poiché favoriscono relazioni interpersonali produttive e migliorano la gestione delle emozioni, consentendo di affrontare al meglio anche le sfide quotidiane più imprevedibili.

E contrariamente a quanto si potrebbe pensare, l'importanza delle competenze trasversali cresce in proporzione all'aumento dell'uso dell'automazione, perché mentre il lavoro di routine può essere sostituito da macchine, robot o programmi di Intelligenza Artificiale, le persone avranno sempre più bisogno di ricorrere alla creatività, all'intelligenza emotiva e al pensiero critico per risolvere i problemi e rispondere alle esigenze o alle questioni aziendali.



Per questo motivo, anche l'Europa sostiene la necessità di promuovere le competenze, le conoscenze e la formazione continua dei lavoratori, tanto che la Commissione Europea ha persino proclamato il 2023 "Anno europeo delle competenze", nella convinzione che sostenere l'apprendimento durante tutto il ciclo di

vita sia la chiave per garantire migliori condizioni di lavoro, salari più alti e un
(Fonte: Commissione europea)

società più resiliente e socialmente equa.

Da tutto ciò risulta chiaro che l'occupabilità è oggi di fondamentale importanza sia per le aziende che per i lavoratori.



(Fonte: freepik.com)

Per le aziende, ciò consente loro di:

- assumere e trattenere dipendenti qualificati,
- migliorare la produttività e le prestazioni,
- affrontare i cambiamenti del mercato,
- stimolare l'innovazione,
- ridurre i costi di formazione,

➤ ecc.

Per le persone, ciò consente loro di trovare più facilmente un lavoro, mantenerlo nel tempo e cambiarlo o migliorarlo quando necessario.

Per riassumere, sebbene sia importante sottolineare che le competenze professionali sono fondamentali, soprattutto quando si entra nel mondo del lavoro, ma anche come base oggettiva di conoscenze per il successivo sviluppo della carriera, va anche affermato che le competenze trasversali rappresentano un elemento di differenziazione "qualitativo" nelle prestazioni attese, il mezzo attraverso il quale il valore professionale di una persona si trasforma in comportamenti osservabili.

Una definizione data da un esperto del settore, il dottor Stefano Meloni, autore anche di diversi libri in questo campo, è che "le aziende prosperano grazie alle competenze tecniche, ma competono sulle competenze trasversali".



(Fonte: freepik.com)

E chiaramente, un'azienda, tra due professionisti con background tecnici o esperienziali simili, preferirà sicuramente quello con le caratteristiche personali che gli consentono di:

- o fissare obiettivi e motivarsi a raggiungerli, motivando al contempo gli altri,
- o essere proattivo e orientato ai risultati,
- o organizzare le proprie attività e coordinare quelle delle altre risorse con un approccio orientato ai processi,
- o negoziare efficacemente con clienti e fornitori,
- o ecc.

Pertanto, lo sviluppo di questo tipo di competenze trasferibili è un investimento fondamentale

(Fonte:



freepik.com)

per chiunque aspiri a far crescere la propria carriera e a creare un ambiente di lavoro positivo. Come accennato, molte di queste caratteristiche sono anche personali, ma con dedizione, impegno e perseveranza possono essere migliorate. Esistono diversi metodi efficaci per rafforzare le competenze trasversali (ad esempio, formazione strutturata in workshop e corsi specifici, esperienza pratica in progetti di gruppo, supporto personalizzato da parte di

mentori e coach, autoapprendimento attraverso libri e risorse online, e così via).



(Fonte: freepik.com)

Da quanto detto finora, è chiaro che sia chi lavora sia chi è disoccupato deve impegnarsi per migliorare la propria occupabilità.

L'obiettivo è quello di affinare e potenziare le competenze teoriche, pratiche, interpersonali e trasversali necessarie per una professione specifica e che li aiuteranno a gestire la propria carriera.

Il successo di questo tipo di processo di consulenza si ottiene solo se l'individuo si sente in grado di prendere in mano il proprio destino professionale, di fare delle scelte e di impegnarsi a migliorare.

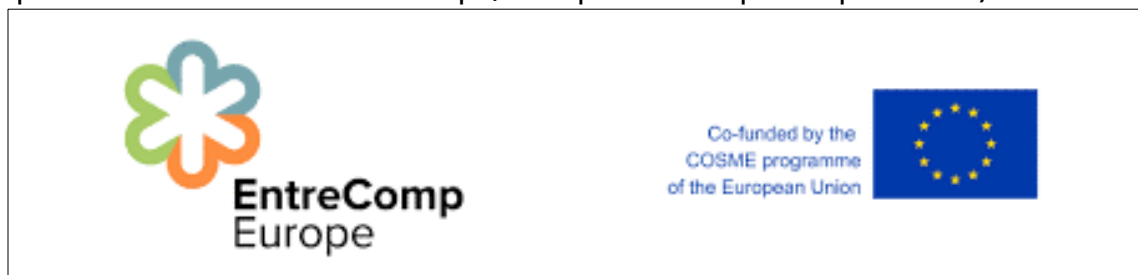
L'individuo deve avere fiducia in se stesso e sapere di poter assumersi la responsabilità della propria carriera, anche, se necessario, con l'assistenza di un consulente di orientamento professionale in grado di fornire supporto.

Chiariti questi elementi, è ora utile definire il significato di imprenditorialità (che affronteremo nella prossima sezione di questo manuale), poiché le persone possono trovare occupabilità anche attraverso il lavoro autonomo, diventando così imprenditori.

Ciò richiede che l'imprenditore possieda una serie di qualità o competenze trasversali, tra cui intraprendenza o iniziativa, propensione al rischio, capacità di innovare, creatività, capacità di leadership, capacità organizzative e capacità di risolvere potenziali conflitti.

L'imprenditore, spinto principalmente dal desiderio di generare profitti e attività, ma anche da obiettivi sociali o culturali, agisce direttamente per sfruttare opportunità e idee e trasformarle in valore per gli altri.

L'Unione Europea, consapevole dell'importanza di sostenere e promuovere lo sviluppo imprenditoriale, ha quindi identificato e definito le competenze imprenditoriali necessarie per avere un impatto positivo sulla società in un quadro denominato EntreComp (Entrepreneurship Competences).



(Fonte: Commissione Europea)

EntreComp è il quadro di riferimento per le competenze imprenditoriali, che le raggruppa nelle seguenti tre aree di competenza (composte da 15 competenze chiave):

1. Idee e opportunità;
2. Risorse;
3. In azione.

L'area Idee e opportunità comprende:

- Identificazione delle opportunità
- Creatività
- Visione d'insieme

- Valorizzazione delle idee
- Pensiero etico e sostenibile

L'area «In azione» comprende:

- Prendere l'iniziativa
- Pianificazione e gestione
- Gestire l'incertezza, l'ambiguità e il rischio
- Lavorare con gli altri
- Imparare attraverso l'esperienza

L'area Risorse comprende:

- Consapevolezza di sé ed autoefficacia
- Motivazione e perseveranza
- Mobilitazione delle risorse
- Alfabetizzazione finanziaria ed economica
- Mobilitare gli altri

Naturalmente, chi sta valutando il lavoro autonomo dovrebbe ricordare che avviare un'impresa presenta vantaggi e svantaggi.



(Fonte: freepik.com)

I pro includono:

- Flessibilità lavorativa;
- Guadagnare facendo ciò che si ama;
- Capacità di reagire alle opportunità;
- Potenziale di guadagno

Tra gli svantaggi figurano:

- l'esistenza di rischi e fallimenti;
- il tempo necessario per sviluppare un'idea imprenditoriale;
- responsabilità personale e aziendale;
- la concorrenza sul mercato;
- l'incertezza del reddito.

Resta chiaro, tuttavia, che qualunque siano le motivazioni dell'imprenditore e qualunque siano i suoi obiettivi, per avere successo dovrà sviluppare le proprie competenze e abilità.

1.5 Autoefficacia e iniziativa dei giovani



Nei contesti appena descritti, è quindi essenziale discutere dell'autoefficacia e dell'iniziativa diretta dei giovani, che diventano elementi cruciali per la loro

occupabilità.

(Fonte: freepik.com)

Infatti, l'autoefficacia può essere definita come la fiducia nella propria capacità di raggiungere i propri obiettivi e gestire le sfide, nonché come la capacità di organizzare ed eseguire le azioni necessarie per ottenere risultati specifici. L'iniziativa è la capacità di agire e diventare proattivi.



(Fonte: freepik.com)

I giovani con un alto livello di autoefficacia sono, quindi, più propensi a:

- prendere l'iniziativa e cercare opportunità
- affrontare le sfide con sicurezza;

mentre i giovani con un alto livello di iniziativa sono più propensi a:

- individuare opportunità e agire per sfruttarle
- creare soluzioni innovative a problemi complessi
- assumersi responsabilità e prendere decisioni.

Questi due elementi sono essenziali per l'occupabilità, ma anche per lo sviluppo professionale e l'avanzamento di carriera, poiché i datori di lavoro cercano persone in grado di prendere l'iniziativa e lavorare in modo indipendente, favorendo una carriera di successo e una maggiore soddisfazione lavorativa.



(Fonte: freepik.com)

Queste due competenze possono anche essere sviluppate e migliorate, ad esempio:

- ✓ ottenere successi in diversi ambiti;
- ✓ ricevere feedback positivi e/o costruttivi su ciò che si sta facendo;
- ✓ offrire ai giovani l'opportunità di affrontare sfide e prendere l'iniziativa.

2. Sfide per i giovani NEET

2.1 Curriculum deboli

Prima di tutto, dobbiamo chiarire cosa significa l'acronimo NEET: è un termine che deriva dall'inglese "Not in Education, Employment or Training", ovvero indica i giovani che non studiano, non lavorano e non seguono alcun percorso formativo: queste persone, più di altre, hanno un CV che potrebbe essere definito debole.



(Fonte: freepik.com)

Un curriculum con scarsa istruzione ed esperienza lavorativa può apparire debole, quindi i NEET dovrebbero strutturare il proprio curriculum descrivendo le potenziali competenze trasversali che ritengono di aver acquisito, piuttosto che le competenze tecniche altamente specifiche che i

lavoratori di lunga data (ovvero coloro che, a differenza dei NEET, lavorano attivamente da molto tempo) hanno acquisito in un unico campo.

Come accennato in precedenza, le competenze trasferibili, applicabili a più posizioni piuttosto che a un ruolo specifico, possono derivare dalla formazione autodidatta, da esperienze lavorative brevi e variegate e persino da esperienze indirette.

Pertanto, paradossalmente, elencare aspetti della propria personalità, le qualità che abbiamo sviluppato come persone nella vita quotidiana, può diventare un vero punto di forza in un curriculum.



(Fonte: freepik.com)

Poiché i NEET generalmente non hanno una vita sociale attiva e quindi hanno difficoltà a esprimere i propri punti di forza nelle relazioni, possono strutturare il proprio curriculum elencando anche i propri punti deboli.

Descrivere i propri punti deboli può impressionare chi valuta il proprio CV perché è un atto di grande onestà e, paradossalmente, può trasformarsi in una strategia vincente.

Nel frattempo, chi rivela i propri limiti dimostra una profonda comprensione di sé e appare molto affidabile.

Se il giovane NEET non possiede competenze specifiche, è una buona idea concentrarsi sulla prima sezione del proprio CV, il profilo personale.

Come accennato, è bene elencare anche un paio di punti deboli nella sezione delle competenze dopo i punti di forza, che dovrebbero essere identificati come potenziali aree di miglioramento.

Un CV che metta in evidenza i propri punti di forza, così come alcuni punti deboli, è certamente un CV equilibrato e realistico che offre un ritratto completo del profilo di un giovane in cerca di lavoro per la prima volta.

2.2 Mancanza di esperienza nei colloqui di lavoro

Un colloquio di lavoro è la prima occasione per farci conoscere, ma spesso i giovani non dispongono degli strumenti giusti per esprimere il proprio potenziale, né tantomeno le proprie competenze.



(Fonte: freepik.com)

Il potenziale è generalmente innato e legato alle passioni o alle ambizioni; le competenze di base sono spesso sottovalutate, ma tutti le possiedono e possono sicuramente aprire nuove opportunità lavorative.

I giovani spesso non hanno una formazione specifica, ma hanno vissuto esperienze indirette che li hanno plasmati, come il volontariato, i lavori estivi o esperienze personali che potrebbero dimostrare la loro capacità di assumere ruoli di responsabilità e di lavorare in team.

Parlare delle proprie esperienze, anche di quelle che potrebbero essere sottovalutate o considerate insignificanti, è un'opportunità per dimostrare gli aspetti del proprio carattere che sarebbero apprezzati sul posto di lavoro.



(Fonte: freepik.com)

Se i giovani non hanno una vasta esperienza, è una buona idea dimostrare



flessibilità, forte motivazione, volontà di imparare e la capacità di farlo molto rapidamente.

Queste qualità sono molto più apprezzate di una formazione professionale altamente specifica, che potrebbe risultare troppo limitante.

Dichiarare che non si possiede un'esperienza specifica ma che si è desiderosi di acquisirla può

essere un vantaggio perché permette ai candidati di essere formati in base alle esigenze aziendali.

Naturalmente, devono dimostrare la loro capacità di adattarsi ai ruoli e alle esigenze che possono presentarsi sul posto di lavoro.

Fornire esempi concreti tratti dalle proprie esperienze lavorative e di vita è un modo efficace per dimostrare attitudine personale, spirito di sacrificio, capacità di risolvere un problema e capacità di gestire eventi imprevisti.

(Fonte: freepik.com)

È assolutamente fondamentale evitare di parlare subito di stipendio, criticare l'organizzazione del posto di lavoro e mostrare mancanza di entusiasmo o voglia di imparare.

I NEET, a causa del loro isolamento, rischiano spesso di apparire distaccati dalla realtà e quindi riluttanti ad adattarsi alla vita sociale: si tratta spesso di giovani che hanno perso fiducia in se stessi a causa di un lungo periodo di inattività, ed è essenziale che si impegnino in un percorso professionale che offra loro anche l'opportunità di sviluppare nuove relazioni sociali.

Pertanto, durante i colloqui, è utile esprimere la propria disponibilità a seguire programmi di formazione professionale e tirocini per aiutarti a rimetterti in carreggiata.

2.3 Difficoltà nell'esprimere le proprie competenze

Come accennato in precedenza, poiché i NEET sono inattivi per lunghi periodi, le loro esperienze professionali sono spesso scarse e sporadiche.

Vale la pena notare che dietro lo status di NEET possono esserci storie e situazioni molto diverse.

Tra i NEET troviamo giovani che



- hanno abbandonato la scuola prematuramente senza qualifiche,
- possiedono un diploma di scuola superiore o una laurea ma faticano a entrare nel mondo del lavoro
- dopo ripetuti tentativi e delusioni, hanno perso fiducia (sia in se stessi che nel resto del mondo) e hanno smesso di cercare attivamente opportunità.
- vivono in contesti con poche offerte di lavoro, magari in aree geografiche svantaggiate, oppure affrontano ostacoli personali,

economici o familiari che rendono difficile impegnarsi in un percorso professionale o formativo.

(Fonte: freepik.com)

In breve, essere NEET è spesso una condizione complessa, non necessariamente il risultato di pigrizia o mancanza di forza di volontà, ma piuttosto di una combinazione di fattori sociali e individuali: questo spesso influisce anche sul profilo psicologico dei NEET, che possono sentirsi stigmatizzati o vergognarsi della loro situazione, il che può rendere ancora più difficile esprimere le loro (poche) competenze.



(Fonte: freepik.com)

Inoltre, i NEET possono spesso avere difficoltà a tradurre le loro competenze in termini comprensibili ai datori di lavoro.

Tuttavia, sarebbe utile per loro concentrarsi su se stessi e identificare le proprie competenze.

L'errore più comune è pensare di non avere alcuna competenza.

Ciò accade perché le competenze sono associate a una vasta esperienza professionale e non tengono conto della predisposizione individuale o delle abilità sviluppate attraverso le esperienze di vita.

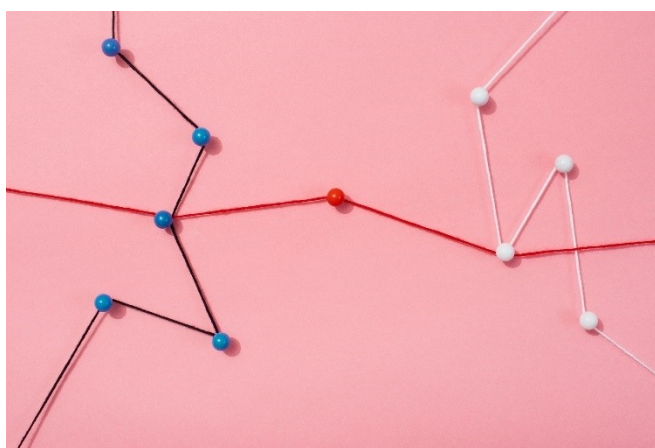
Le competenze trasversali, d'altra parte, sono spesso più ricercate delle competenze tecniche: ad esempio, per un giovane NEET, esprimere chiaramente di essere un buon ascoltatore, capace di gestire il tempo, in grado di rispettare le scadenze e flessibile è certamente un aspetto chiave quando si scrive il proprio CV.

2.4 Reti professionali limitate

Come già osservato, le difficoltà affrontate dai NEET sono aggravate anche dal fatto che spesso non hanno accesso alle reti professionali, o ne hanno uno limitato.

Trovare un impiego è particolarmente difficile se si è privi di contatti professionali: basti pensare ai giovani NEET che vivono in zone rurali, dove hanno chiaramente meno interazioni sociali e meno contatti professionali.

Questi giovani isolati hanno bisogno di una rete di sostegno che includa la famiglia, la scuola e la comunità:



(Fonte: freepik.com)

se avessero un sostegno sociale e culturale, avrebbero un accesso molto più facile a una rete professionale.

Ciò implica anche che il sistema educativo dovrebbe essere riformato per coloro che non desiderano frequentare la scuola, introducendo programmi di orientamento professionale per i giovani che desiderano sviluppare competenze pratiche ed entrare nel mondo del lavoro.

Allo stesso tempo, si dovrebbe mettere a disposizione di questi giovani una rete professionale più fitta per promuovere la collaborazione e consentire l'aggregazione flessibile di lavoratori e aziende.

Se i NEET sono isolati da Internet, hanno difficoltà ad accedere a questi contatti.

Pertanto, come accade in alcuni paesi, sono costretti a recarsi presso centri che illustrano le professioni locali e le opportunità di carriera.

Questi centri non sempre esistono realmente e spesso mancano delle informazioni utili o delle competenze professionali che potrebbero davvero supportarli nella loro ricerca.

È quindi essenziale istituire centri locali efficaci che, sia in termini di capacità di reperire informazioni che di professionalità del personale, possano supportare efficacemente i giovani nella formazione, nell'orientamento e nell'occupazione.



(Fonte: freepik.com)

Tuttavia, fattori psicologici e una perdita di motivazione sono spesso alla base dello status di NEET: infatti, alcuni giovani spesso perdono la

motivazione a cercare un lavoro o a proseguire la formazione, magari a seguito di esperienze negative (colloqui andati male, lavori precari e sfruttatori, ecc.).

Questo fenomeno si verifica perché, spesso, manca un'efficace orientamento professionale e c'è un disallineamento tra le competenze offerte dai giovani e quelle richieste dal mercato. Pertanto, chi non riesce a trovare rapidamente un lavoro può scoraggiarsi e smettere di cercare, entrando così nel limbo dello status NEET.



La frustrazione e la mancanza di fiducia in se stessi o nel "sistema" possono indurre un giovane a smettere di provarci, entrando in una sorta di stato di ritiro in cui non intraprende più alcuna iniziativa. In alcuni casi, possono influire anche problemi di salute mentale, ansia, depressione o isolamento sociale.

I NEET, in particolare, hanno paura di avviare progetti a causa della

mancanza di fiducia nel futuro e nel mercato del lavoro.

(Fonte: freepik.com)

Queste paure sono continuamente alimentate dal loro ambiente, poiché la mancanza di opportunità stabili e a lungo termine crea ulteriore sfiducia e un clima di incertezza.

Una scarsa istruzione e opportunità di lavoro limitate rendono difficile riconoscere e scoprire i propri talenti, nonché entrare nel mondo

professionale a causa dell'incapacità o della difficoltà di trovare contatti proficui.

Sarebbe quindi necessario puntare sulla formazione continua per concentrarsi su ciò che si conosce, oltre a puntare su piccole esperienze.

Rendersi conto di essere in grado di percorrere un percorso semplice, ma in cui ci si sente veramente capaci e motivati, permette di avviare un processo che aumenta la fiducia in se stessi e di conseguenza dà il coraggio di intraprendere nuovi percorsi.

Per superare la paura, è necessario avere il supporto di professionisti che accompagnino il giovane e utilizzino strumenti di orientamento innovativi per aiutarlo a costruire un progetto di vita.



(Fonte: freepik.com)

Chiaramente, un giovane scoraggiato non dispone degli strumenti per attuare un progetto volto a integrarlo nel mondo del lavoro, ma è necessario creare

una rete che coinvolga vari professionisti e pianificatori in grado di sviluppare percorsi specifici utilizzabili nei contesti locali in cui vivono i NEET.

3. Argomenti principali da sviluppare

3.1. Strategie di ricerca del lavoro

Capita spesso che, quando non si trova rapidamente un lavoro, il problema non sia la crisi economica o la mancanza di opportunità, ma il metodo utilizzato per cercare i posti di lavoro disponibili.

Molti commettono l'errore di inviare decine di CV generici, sprecando tempo ed energie e non riuscendo a sviluppare un approccio veramente sinergico.



(Fonte: freepik.com)

Esiste, infatti, la possibilità di sviluppare un approccio strategico, avvalendosi di sostegno e programmi specificamente progettati per aiutare i giovani NEET a rientrare nel mondo del lavoro.

Il consiglio che possiamo offrire è il seguente:

- 1) Contattare i servizi di orientamento e inserimento lavorativo disponibili in ogni paese europeo, affidandosi a consulenti di carriera esperti per ottenere supporto nella ricerca di un lavoro o di un programma di formazione e adatto alla propria situazione specifica. Spesso offrono anche l'opportunità di colloqui di orientamento personalizzati e raccomandazioni per offerte di tirocinio o di lavoro adatte ai giovani NEET;
- 2) Informatevi sui programmi pubblici pensati appositamente per i NEET e volti ad aiutare i giovani NEET a entrare nel mondo del lavoro. A tal fine, vi consigliamo di contattare gli uffici regionali competenti o i centri per l'impiego sopra citati, che possono fornire informazioni su bandi e progetti pilota per l'occupazione giovanile, nonché su tirocini extrascolastici, apprendistati, corsi con indennità di frequenza, ecc.;



(Fonte: freepik.com)

- 3) Investire nella formazione e nell'acquisizione di nuove competenze per ampliare il proprio bagaglio professionale, ad esempio conseguendo ulteriori diplomi o qualifiche professionali, o anche frequentando corsi di formazione gratuiti (ce ne sono sempre molti finanziati dalla Commissione Europea e rivolti ai giovani disoccupati) per migliorare le competenze informatiche, le competenze linguistiche o altre abilità utili per trovare un lavoro;

- 4) Partecipa a stage, tirocini o apprendistati in modo da poter poi aggiungere al tuo CV un'esperienza lavorativa rilevante: queste opzioni ti permettono di imparare un mestiere sul campo, e l'esperienza è spesso così preziosa che si traduce in un vero e proprio contratto di lavoro, o almeno arricchisce il tuo CV con delle referenze;
- 5) Partecipa a opportunità di formazione o esperienze di volontariato, anche all'estero, che ti aiuteranno a rafforzare la tua autostima e, allo stesso tempo, ad acquisire competenze trasferibili, dimostrando le tue capacità, il tuo impegno e la tua determinazione ai futuri datori di lavoro. Queste esperienze ti forniranno anche potenziali reti di contatti utili o ti aiuteranno a scoprire nuove passioni e percorsi professionali;
- 6) Sviluppa opportunità di lavoro autonomo sfruttando le disposizioni del FSE e del FESR, che sostengono la formazione e la creazione di nuove imprese fornendo contributi finanziari significativi, comprese sovvenzioni a fondo perduto.

In breve, non bisogna mai arrendersi e rimanere isolati, ma piuttosto agire per trovare un'opportunità professionale che spesso si adatti proprio alle esigenze dei giovani NEET.

Tra le ulteriori opzioni oggi disponibili, Internet offre anche portali di lavoro che vale la pena prendere in considerazione.

3.1.1 Portali di lavoro

I portali di lavoro e le piattaforme digitali online (ad es. LinkedIn, Indeed, Monster, CareerBuilder, Glassdoor, ecc.) sostengono l'occupabilità dei NEET e



facilitano l'incontro tra domanda e offerta e il lavoro autonomo, offrendo quasi sempre tutti i seguenti servizi:

- o orientamento personalizzato,
- o formazione mirata,
- o supporto nella creazione di un CV,
- o simulazioni di colloquio,
- o accesso diretto a stage o offerte di lavoro.

(Fonte: freepik.com)

Infatti, i portali di lavoro possono fare molto per aiutare i NEET e, in generale, chiunque li utilizzi a trovare lavoro, oltre a supportare le aziende nella ricerca di talenti

e persone che soddisfino le esigenze di assunzione della propria azienda.

Questo perché sui portali di lavoro:

1. Le aziende possono pubblicare annunci di lavoro, consentendo ai candidati di trovare queste opportunità e candidarsi per le posizioni disponibili;
2. Chi è interessato a trovare un lavoro può creare il proprio profilo online personale con le proprie competenze, esperienze e il proprio CV;
3. Sono disponibili strumenti per aiutare e supportare il processo di ricerca, consentendo di aggiungere o rimuovere opzioni di ricerca (area geografica, tipo di lavoro, durata, qualifiche richieste per la selezione e così via);

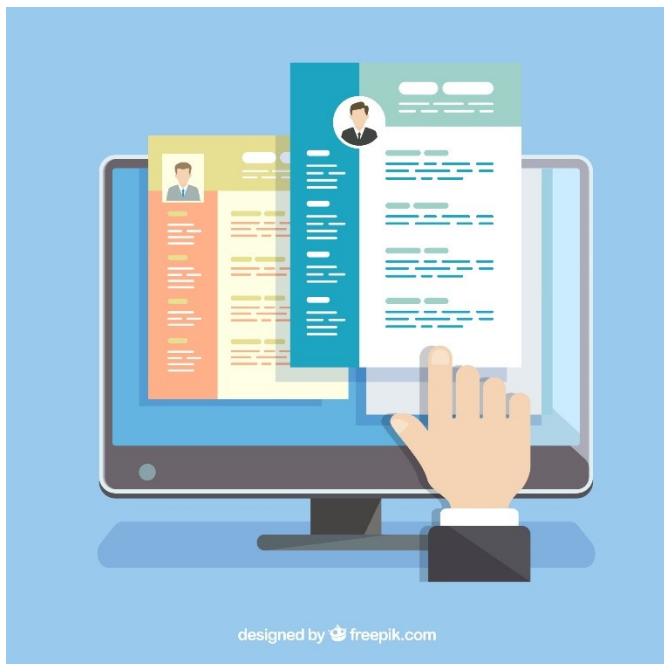


(Fonte: freepik.com)

4. Vengono forniti consigli e risorse per aiutare i candidati a migliorare le proprie competenze e prepararsi ai colloqui di lavoro;
5. Esistono comunità che consentono collegamenti diretti tra candidati e aziende, facilitando la condivisione di informazioni e la messaggistica;
6. Vengono offerti servizi di selezione per aiutare le aziende a trovare i candidati migliori per le posizioni aperte;
7. Vengono fornite analisi e statistiche sul mercato del lavoro per aiutare le aziende a prendere decisioni informate sulla loro strategia di assunzione;
8. Ai candidati vengono offerti servizi di formazione per migliorare le loro competenze e raggiungere i propri obiettivi di carriera.

3.1.2 Candidature spontanee

Un altro metodo, ancora oggi diffuso, consiste nell'inviare il proprio curriculum e la lettera di presentazione a un'



azienda di proprio interesse, anche se non ci sono annunci di lavoro specifici. Questo perché spesso le aziende non pubblicizzano o promuovono i posti vacanti, anche quando ne hanno.

L'invio di una candidatura spontanea consente di creare un legame con l'azienda stessa, dimostrando proattività e interesse per quel tipo di

lavoro. In molti casi, permette all'azienda

(Fonte: freepik.com)

di esaminare potenziali curriculum e profili che potrebbero essere utili e offrire un valore aggiunto. Questo aumenta le tue possibilità di farti notare e di ottenere un colloquio dedicato con i responsabili delle assunzioni, dove dovrai poi giocare tutte le tue carte per essere assunto.

Per farlo, ti consigliamo di:

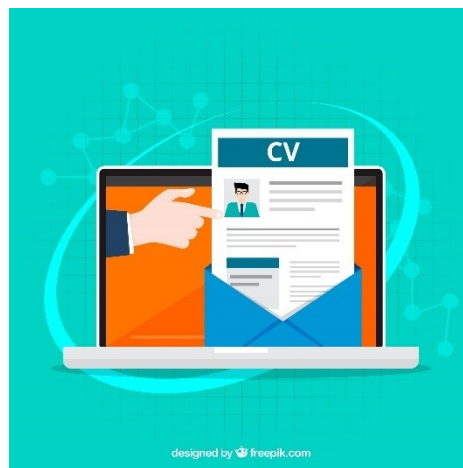
1. Fai ricerche sull'azienda che ti interessa e individua la persona giusta a cui rivolgere la tua candidatura (ad esempio, il responsabile delle risorse umane).
2. Personalizza il tuo curriculum e allega una lettera di presentazione;

3. Sii specifico riguardo alla posizione per cui ti candidi, professionale e chiaro nella tua descrizione, dimostrando entusiasmo e interesse per l'azienda e il settore;
4. Invia la tua candidatura via e-mail o tramite la sezione "reclutamento" del sito web dell'azienda;
5. Fai un follow-up con una telefonata per confermare che l'e-mail sia stata ricevuta.

3.1.3 Presenza online per l'occupabilità

È importante chiarire che, data l'importanza e la diffusione di Internet, il suo utilizzo è ovviamente diventato essenziale anche per l'occupabilità. È fondamentale per chi cerca lavoro o desidera avanzare nella propria carriera avere una presenza online perché:

- crea un'immagine positiva e professionale del candidato,
- migliora la loro reputazione (il cosiddetto personal branding);
- facilita il networking,
- permette di dimostrare in parte le proprie competenze digitali,
- aumenta la visibilità,
- permette di raggiungere un pubblico più ampio,
- facilita l'accesso a opportunità di lavoro da remoto,



(Fonte: freepik.com)

rendendo il tuo profilo visibile ai reclutatori aziendali e ai datori di lavoro.

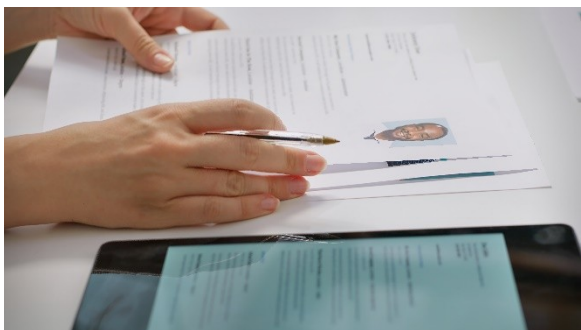
Da questo punto di vista, è una buona idea utilizzare i seguenti strumenti online:

- a) LinkedIn o siti professionali simili, che consentono anche alle aziende di cercare profili interessanti,
- b) Un sito web personale o un blog per mettere in mostra le tue competenze e la tua esperienza, o le tue conoscenze e il tuo bagaglio professionale.
- c) I social media come Twitter, Facebook e Instagram possono essere utilizzati per creare una presenza online e per fare networking.
- d) Un portfolio online può essere utilizzato per mostrare il proprio lavoro e i propri progetti, dimostrando così una specifica attitudine e preparazione per un determinato lavoro o professione.

3.2. Creazione di CV e lettera di presentazione

Vediamo ora come sviluppare efficacemente il tuo CV ed evitare gli errori più comuni.

Innanzitutto, è importante chiarire che un CV efficace è quello che illustra



tutte le competenze, le capacità e l'esperienza lavorativa del candidato: pertanto, deve contenere tutte le informazioni che attireranno l'attenzione dei reclutatori e aumenteranno le possibilità di

essere selezionati per un colloquio.

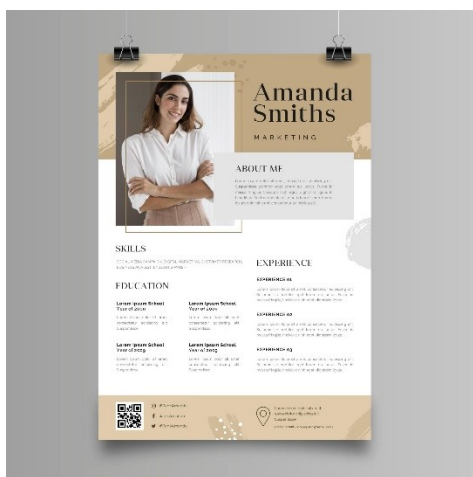
(Fonte: freepik.com)

A tal fine, esistono diversi formati di CV che è possibile utilizzare.
Vediamo quali sono e quali preferire.

3.2.1 Diversi formati di CV

Esistono diversi formati di CV, ciascuno con caratteristiche e vantaggi specifici. Tra i più comuni vi sono:

1. Il CV cronologico, un formato più tradizionale, che elenca le esperienze lavorative in ordine cronologico, a partire da quella più recente.



Presenta le seguenti caratteristiche:

A) Vantaggi:

- è di facile lettura, mostra la
-

progressione della carriera.

B) svantaggi:

- può risultare difficile per chi ha cambiato spesso lavoro o ha avuto periodi di inattività.

(Fonte: freepik.com)

2. CV funzionale, che si concentra sulle competenze e sulle capacità del candidato, piuttosto che sulla storia lavorativa.

Presenta le seguenti caratteristiche:

A) Vantaggi:

- è utile per chi ha cambiato spesso lavoro o ha avuto periodi di inattività,
- mette in risalto le competenze;

B) svantaggi:

- può essere difficile da leggere,
- non mostra la progressione di carriera.

3. CV misto, che combina gli elementi del CV cronologico e di quello funzionale, elencando le esperienze lavorative e le competenze.

Presenta le seguenti caratteristiche:

A) Vantaggi:

- Mostra la progressione di carriera e le competenze;

B) Svantaggi:

- Può risultare lungo e di difficile lettura.

4. Il CV europeo, che è il formato standardizzato utilizzato in Europa e che consigliamo perché include informazioni su istruzione, competenze ed esperienza lavorativa.

Presenta le seguenti caratteristiche:

A) Vantaggi:

- È di facile lettura ed è riconosciuto in tutta Europa;

B) Svantaggi:

- Potrebbe risultare limitato per chi ha un'esperienza lavorativa non europea.



(Fonte: Europass)

5. CV infografico, che utilizza grafici e immagini per presentare le informazioni in un formato più creativo e visivo.

Presenta le seguenti caratteristiche:

A) Vantaggi:

- È accattivante e di facile lettura;
- Mostra competenze ed esperienze in modo innovativo;

B) Svantaggi:

- Potrebbe essere difficile da redigere e non adatto a tutti i settori.

3.2.2 Come scrivere un CV e errori comuni da evitare



(Fonte: freepik.com)

Anche quando si scrive il proprio CV, esistono strategie e metodologie che è possibile adottare per renderlo più accattivante ed efficace.

Dal nostro punto di vista, consigliamo:

1. Definire chiaramente gli obiettivi della ricerca di lavoro e adattare il CV di conseguenza;
2. Utilizzare un formato chiaro e di facile lettura con sezioni ben definite utilizzando il formato Europass;
3. Includere solo informazioni rilevanti per la posizione che stai cercando (le informazioni irrilevanti spesso distraggono l'attenzione del reclutatore).
4. Utilizzare parole chiave relative al settore e alla posizione per aiutare i reclutatori a trovare il proprio CV.
5. Quantificare i risultati ottenuti nei lavori precedenti, ad esempio: "ho sviluppato 50 progetti europei finanziati".

6. Correggere gli errori grammaticali e ortografici per evitare di dare un'impressione negativa.

I seguenti errori dovrebbero essere evitati:

1. Errori grammaticali e ortografici che possono creare un'impressione negativa;
2. Informazioni irrilevanti che possono rendere il tuo CV di difficile lettura;
3. Utilizzo di formati confusi o di difficile lettura;
4. Mancanza di personalizzazione in base alla posizione ricercata;
5. Inserimento di informazioni false che potrebbero essere scoperte e danneggiare la tua reputazione, spesso in modo permanente;
6. L'uso di foto poco professionali o inappropriate.

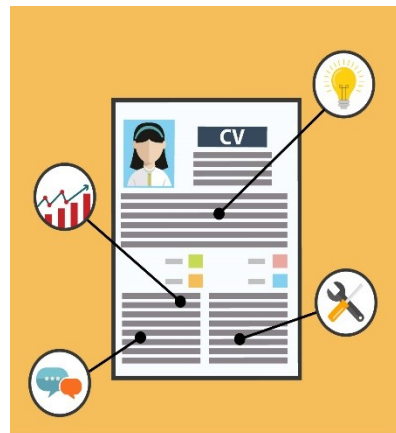
Un CV efficace dovrebbe sempre includere le seguenti informazioni:

- Informazioni personali, ovvero dati anagrafici e biografia;
- Esperienza lavorativa e di volontariato, a partire dalla più recente e specificando le mansioni e le posizioni ricoperte all'interno dell'azienda, nonché le competenze sviluppate,
- Esperienza formativa, a partire dalla più recente e indicando le qualifiche rilevanti per la posizione per cui ci si candida,
- Competenze comunicative e linguistiche, comprese le competenze scritte e orali,
- Competenze tecniche e trasferibili rilevanti per la posizione per cui ci si candida,
- Interessi personali e hobby.

3.2.3 Creazione di un CV con l'IA

In alcuni casi, può essere utile anche ricorrere all'intelligenza artificiale (IA) per creare un CV. I vantaggi includono:

1. Risparmio di tempo: l'IA ti aiuta a creare un CV in pochi minuti, facendoti risparmiare tempo e fatica;
2. Formato professionale, poiché l'IA è in grado di creare un CV con un formato professionale e di facile lettura;



(Fonte: freepik.com)

3. L'inserimento di parole chiave nel tuo CV aumenta le tue possibilità di essere trovato dai reclutatori;
4. Ottenere suggerimenti che rendono il tuo CV più efficace;
5. Maggiore personalizzazione del tuo CV per ogni tipo di lavoro e/o azienda.

Allo stesso tempo, l'uso indiscriminato e incontrollato dell'IA comporta anche degli svantaggi nella creazione del CV, in quanto:

1. Un CV creato con l'IA potrebbe mancare di personalità e stile individuale;
2. L'IA può anche commettere errori grammaticali o ortografici.
3. L'IA potrebbe non comprendere il contesto e le esigenze specifiche del settore e della posizione.
4. L'IA può creare dipendenza e ridurre la capacità creativa di una persona.
5. L'IA non può sostituire l'esperienza e la creatività umane e spesso può inventare esperienze che in realtà non esistono.

Pertanto, sebbene in genere sia preferibile redigere il proprio CV autonomamente e allenarsi a renderlo veritiero, creativo ed efficace, è possibile ricorrere all'IA per elaborarlo se si dispone di poco tempo e si desidera un formato più professionale. Tuttavia, è necessario ricordarsi sempre di rileggere attentamente il testo, modificarlo e adattarlo alle proprie competenze effettive.

3.3. Sviluppo delle competenze per il colloquio



Per ottenere buoni risultati in un colloquio di lavoro, un candidato deve:

- 1) Prestare molta attenzione a ciò che dice l'intervistatore; mantenere il contatto visivo e annuire per dimostrare interesse;

(Fonte: freepik.com)

- 2) Dare risposte chiare e concise, evitando di divagare;
- 3) Dimostrare sicurezza (anche attraverso il linguaggio del corpo) per trasmettere fiducia e interesse;
- 4) Presentare la propria esperienza lavorativa e le proprie competenze in modo coerente e conciso;
- 5) Dimostrare motivazione e interesse per l'azienda e il ruolo lavorativo;
- 6) Dimostrare la capacità di gestire situazioni di conflitto e di lavorare in team;

- 7) Dimostrare flessibilità e adattabilità alle nuove situazioni e alle sfide lavorative;
- 8) Saper gestire lo stress in modo efficace;
- 9) Dimostrare la capacità di applicare il pensiero critico e la capacità di risolvere problemi complessi.

3.3.1 Tipi di domande

Per facilitare l'approccio a un colloquio di lavoro, descriveremo ora come si svolgono i colloqui e quali strategie è utile adottare per prepararsi ad affrontarli.

Innanzitutto, i colloqui basati sulle competenze si fondano su diversi tipi di domande:

- domande comportamentali,
- domande sulle competenze,
- domande motivazionali.

Le domande comportamentali mirano a esplorare le reazioni dei candidati a situazioni specifiche.



(Fonte: freepik.com)

Queste situazioni sono tratte dalla vita quotidiana, si riferiscono a esperienze passate e servono a valutare le competenze trasversali.

A queste domande di carattere quotidiano si aggiungono generalmente domande ipotetiche, che servono a capire come i NEET si comporterebbero di fronte a questioni o problemi futuri di cui non hanno esperienza.

Le domande sulle competenze, d'altra parte, mettono alla prova specifiche abilità tecniche o comunicative.

Queste competenze includono l'ascolto attivo, la capacità di entrare in sintonia con gli altri, il superamento della paura di parlare in pubblico, la chiarezza nella scrittura, la capacità di sintetizzare, la ricerca di soluzioni quando sorgono tensioni e l'adattamento del linguaggio e del tono ai diversi contesti.

L'ultimo tipo di domande, quelle sulla motivazione, tendono a esplorare valori e obiettivi. In questo caso, le domande si basano su esperienze concrete e sono progettate per dimostrare, ad esempio, se un candidato ha la capacità di lavorare in team, gestire lo stress o è sinceramente motivato. Si tratta generalmente di domande aperte che consentono ai NEET di esprimersi senza imporre soluzioni.

3.3.2 Linguaggio del corpo

Per quanto riguarda il linguaggio del corpo, è importante sottolineare che si tratta di una forma molto esplicita di comunicazione non verbale: i gesti, la postura e le espressioni facciali trasmettono emozioni e parole più di quanto possano fare le parole stesse.

I gesti e la postura delle spalle e degli arti segnalano apertura o chiusura,



proprio come le espressioni facciali rivelano emozioni quali gioia, rabbia e paura.

Anche il tono di voce, la velocità del discorso o le pause utilizzate nel parlare possono rivelare la personalità dell'intervistato.

(Fonte: freepik.com)

Nel caso dei NEET, osservare il contatto visivo è fondamentale; lo sguardo e la direzione degli occhi sono altamente rivelatori di un'emozione o di un sentimento che non può essere espresso appieno.

Nella comunicazione non verbale, è importante anche la gestione dello spazio e la definizione delle distanze interpersonali.

Infatti, la distanza fisica definisce il livello di interazione che si intende stabilire: più si è vicini all'altra persona, più si è rilassati e pronti per una conversazione amichevole; più si è lontani, più la comunicazione è formale.



(Fonte: freepik.com)

I NEET tendono a rimanere molto distanti perché esprimono un profondo disagio nelle relazioni.

Sebbene i colloqui siano interazioni formali, è preferibile che gli intervistati mantengano una distanza non superiore a circa tre metri l'uno dall'altro.

Come minimo, dopo che il NEET ha assunto una posizione comoda, la distanza tra lui e l'intervistatore dovrebbe diminuire gradualmente.

3.3.3 Presentarsi

Presentarsi agli altri non è né semplice né banale, perché devi fornire informazioni chiave sulla tua personalità, descrivere la tua vita, parlare delle tue passioni e delle tue competenze, comprese le tue competenze trasversali.

Dato che in genere si hanno a disposizione solo pochi minuti, è meglio gestire il tempo fornendo informazioni precise ed essenziali, compresi i propri interessi.

La presentazione dovrebbe essere chiara e sincera, esprimere entusiasmo e spiegare ciò che si è imparato, anche da esperienze meno significative.

Oltre al contenuto della presentazione, è utile stringere la mano con fermezza all'arrivo, mantenere una postura rilassata, mantenere il contatto visivo con l'intervistatore e usare un tono di voce neutro.

3.4. Nozioni di base sull'imprenditorialità

Avviare una nuova attività è sempre complicato, e lo è ancora di più per i NEET, data la loro situazione, ma ciò non significa che sia impossibile.

Innanzitutto, un NEET dovrebbe avere un'idea che nasca dal desiderio di trasformare le proprie passioni in una fonte di reddito, ma anche dal desiderio di creare un progetto che risponda a un'esigenza reale del mercato.

Ovviamente, prima di avviare un'impresa, un NEET dovrebbe analizzare



attentamente le proprie competenze e i propri interessi, evitando di avventurarsi in un settore che non conosce bene.

Per avviare un'impresa con basi solide, è necessario osservare le attuali tendenze di mercato e cercare di capire

come offrire un valore aggiunto rispetto alla concorrenza, ad esempio:

(Fonte: freepik.com)

- innovare un prodotto esistente,
- migliorando un servizio,
- individuando una nicchia di mercato che non è stata ancora soddisfatta.

3.4.1 Modelli di business semplici

Avviare un'impresa è sempre molto difficile per un NEET, ma consigliamo di iniziare con un investimento minimo, magari con una ditta individuale o una società a responsabilità limitata (S.r.l.) con un capitale minimo per ridurre la responsabilità.

Un NEET dovrebbe, tuttavia, intraprendere questa avventura imprenditoriale con qualcosa di semplice, senza cercare di creare un'attività complessa fin dall'inizio, cercando al contempo di mettere a frutto le proprie competenze e passioni e di cercare il sostegno di tutte le organizzazioni possibili.

È inoltre importante non aver paura del fallimento, poiché il fallimento fa parte del processo di apprendimento.

Alcuni modelli di business semplici adatti a un NEET potrebbero essere, ad esempio, i seguenti:

1. Lavoro freelance che offre servizi di scrittura, editing, progettazione grafica, web design, ecc.;
2. Vendita di prodotti online, utilizzando piattaforme come Amazon, eBay, Etsy, o creando il proprio negozio online con Shopify o WooCommerce;



3. Marketing di affiliazione, in cui è possibile promuovere prodotti o servizi di altre aziende e guadagnare una commissione;
4. Creazione di contenuti o podcast per blog, promuovendo annunci pubblicitari per guadagnare denaro.

(Fonte: freepik.com)

3.4.2 Sviluppo dell'idea

Per sviluppare un'idea imprenditoriale, come già detto, occorre innanzitutto un'intuizione. Questa intuizione deve essere sviluppata attraverso l'analisi di mercato, la validazione della soluzione e la pianificazione strategica prima di diventare un progetto concreto.



(Fonte: freepik.com)

I passaggi chiave per sviluppare un'idea imprenditoriale sono:

- Identificare un problema o un'esigenza, preferibilmente in linea con le proprie competenze e passioni.
- Analizzare il mercato e la concorrenza.
- Testare l'idea con sondaggi, interviste o una versione base del prodotto/servizio per raccogliere feedback dal mondo reale.
- Strutturare il modello di business utilizzando strumenti come il Business Model Canvas.
- Creare un business plan, delineando obiettivi, strategie di marketing e previsioni finanziarie per guidare l'azienda e attrarre investitori.

3.4.3 Branding

Un elemento chiave nello sviluppo di un'impresa è la creazione di un marchio dedicato, e questo è ancora più cruciale per un'impresa fondata da un NEET, che dovrebbe concentrarsi su un branding semplice ma efficace.



(Fonte: freepik.com)

I passaggi che un NEET dovrebbe seguire nello sviluppo del proprio marchio dovrebbero essere:

1. Definire il pubblico di riferimento per il prodotto o il servizio che si desidera vendere/fornire.
2. Scegliere un nome e un logo semplici, ma memorabili e rappresentativi.
3. Creare un'identità visiva con colori vivaci, caratteri tipografici e immagini che attirino l'attenzione dei potenziali clienti.
4. Creare un sito web facile da navigare che rappresenti chiaramente il marchio.

5. Utilizzare i social media per raggiungere il pubblico di riferimento e creare una comunità attorno al proprio marchio.

3.4.4 Capacità di presentazione

Quando cerchi potenziali finanziatori per la tua idea, può essere utile creare



una presentazione della tua idea imprenditoriale da sottoporre a un potenziale investitore in pochi minuti.

La presentazione è semplicemente un'esposizione rapida e accattivante dell'azienda, pensata per catturare l'attenzione e l'interesse dell'ascoltatore, concedendoti solo pochi minuti (in genere 2-3 minuti, il tempo che ci vuole per salire di dieci piani in ascensore) per convincerlo a investire nel progetto.

Una buona presentazione dovrebbe avere alcune caratteristiche chiave:

(Fonte: freepik.com)

- Breve e conciso, che rientri nei 3 minuti a disposizione, che presenti l'azienda, il problema e la soluzione che l'azienda intende fornire, nonché la situazione di mercato e il team su cui l'azienda farà affidamento per sviluppare l'intero progetto.
- Chiaro, semplice e diretto, che metta in evidenza i principali vantaggi.
- Coinvolgente, con storie, esempi e dati per rendere l'idea più interessante e memorabile.
- Convincente, per suscitare l'interesse di un potenziale investitore.

Per creare una presentazione si possono utilizzare diversi programmi, come PowerPoint, Google Slides, Prezi, Canva, ecc.: la cosa più importante è rendere la presentazione emozionante e interessante per il pubblico.

3.5. Networking

Quando un NEET avvia un'impresa, è fondamentale sviluppare e mantenere una rete di contatti offline e online perché questa pratica:

- aiuta a costruire relazioni con persone che possono essere utili all'impresa, come potenziali clienti, partner o investitori;
- fornisce accesso a informazioni e risorse che possono essere utili all'azienda;



(Fonte: freepik.com)

- facilita la costruzione di una reputazione aziendale;
- promuove la notorietà dell'azienda nel settore in cui intende operare.

Pertanto, è utile per un NEET che desidera diventare un imprenditore:

4. partecipare a eventi e conferenze nel proprio settore per incontrare persone e costruire relazioni;
5. utilizzare i social media per entrare in contatto con le persone e instaurare relazioni;
6. creare un gruppo di supporto con altri imprenditori o professionisti per condividere esperienze e consigli;
7. partecipare a comunità online legate al proprio settore per entrare in contatto con le persone e costruire relazioni.

Inoltre, per un NEET, ma in generale per chiunque voglia diventare un imprenditore, è anche essenziale:

A) mantenere i contatti con le persone che conosci perché ciò:

- aiuta a mantenere i rapporti con le persone che si incontrano e a costruire un senso di comunità;
- permette di chiedere aiuto o consigli a persone con esperienza nel proprio campo.
- aiuta a creare opportunità di business e a trovare nuovi clienti.

B) partecipare alla vita della comunità perché ciò:

- aiuta a creare un senso di appartenenza e a sentirsi parte di una comunità.
- permette di condividere le proprie esperienze e imparare da quelle degli altri.
- facilita la creazione di relazioni con persone che hanno interessi simili e permette di trovare potenziali partner o collaboratori.

4. Integrazione nel PLE

4.1 Obiettivi di apprendimento professionale



Da quanto descritto finora in questa guida, è chiaro che un NEET deve fissare degli obiettivi di apprendimento professionale, che, ovviamente, possono variare a seconda delle esigenze e degli interessi individuali. A nostro

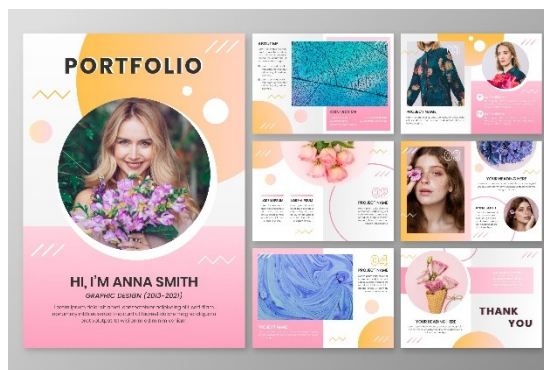
avviso, per superare la difficile situazione in cui si trova, un NEET dovrebbe creare un PLE che gli consenta di:

(Fonte: freepik.com)

1. Impegnarsi a sviluppare competenze imprenditoriali, imparare a creare un business plan, sviluppare competenze per gestire campagne di marketing e vendita e lavorare per capire come gestire un'impresa dal punto di vista gestionale e finanziario;
2. Partecipare a corsi per migliorare le proprie competenze tecniche, imparando a utilizzare strumenti e software specifici del settore in cui vorrebbe lavorare, imparare a gestire i progetti e capire come promuoversi online;
3. Impegnarsi a sviluppare competenze di comunicazione e networking, in modo da poter comunicare efficacemente con clienti e partner e gestire relazioni e comunità online (compresi i social media) e offline;
4. Imparare a redigere un business plan e a creare una presentazione efficace;
5. Imparare a gestire il proprio tempo in modo efficace, compresa la gestione dello stress e il mantenimento di un equilibrio tra vita lavorativa e vita privata;
6. Sviluppare le proprie capacità di leadership migliorando la motivazione e imparando a risolvere i problemi (utilizzando il pensiero critico), nonché a gestire un team e a delegare i compiti all'interno di esso.

4.2 Portfolio personale

Inoltre, un NEET dovrebbe creare un portfolio (una raccolta curata dei



propri lavori migliori, progetti, competenze, ecc.) per dimostrare concretamente le proprie competenze e i propri talenti a potenziali clienti o datori di lavoro, fungendo da potente strumento di presentazione che va oltre un semplice curriculum.

(Fonte: freepik.com)

Nel proprio portfolio personale, che deve essere tenuto rigorosamente aggiornato, un NEET dovrebbe includere:

- ✓ una breve presentazione di sé, delle proprie competenze e dei propri obiettivi;
- ✓ una selezione dei propri progetti più significativi, con descrizioni, immagini e risultati;
- ✓ elenco delle proprie esperienze lavorative, formative e di volontariato;
- ✓ elenco delle proprie competenze tecniche e non tecniche;
- ✓ elenco di certificati, premi e riconoscimenti.

4.3 Monitoraggio della carriera

Un processo particolarmente importante per un NEET in cerca di lavoro è lo sviluppo di un sistema di monitoraggio della carriera per tenere costantemente sotto controllo i propri obiettivi professionali.



Per attuare il monitoraggio della carriera, un NEET dovrebbe:

1. Identificare gli obiettivi professionali a breve e lungo termine;
2. Valutare le proprie competenze e abilità per identificare i punti di forza e di debolezza;

(Fonte: freepik.com)

3. Individuare le opportunità disponibili in termini di lavoro, formazione e sviluppo professionale;
4. Creare un piano d'azione per raggiungere i propri obiettivi, comprese le azioni da intraprendere e le scadenze;
5. Monitorare i progressi e aggiornare il piano d'azione di conseguenza;
6. Sviluppare una rete di contatti professionali per ottenere informazioni e supporto;
7. Aggiornare il proprio curriculum per includere nuove esperienze e competenze.
8. Prepararsi ai colloqui di lavoro rispondendo alle domande più comuni e preparandosi a quelle meno comuni, imparando a gestire il proprio linguaggio del corpo e lo stress.

5. Approccio pedagogico agli strumenti di IA

Nel capitolo finale di questa guida, elenchiamo cinque strumenti online utili per i NEET in cerca di lavoro.

Essi sono:

- 1) Resume.com
- 2) Final Round AI
- 3) Namecheap Logo Maker
- 4) Lucidchart
- 5) Miro

Esaminiamoli uno per uno.

5.1 Resume.com



Breve descrizione	Si tratta di un servizio online che offre un generatore di curriculum (CV) facile da usare, con modelli personalizzabili e consigli di esperti per aiutarti a creare un CV professionale.
Funzionalità principali	▪ Modelli di CV personalizzabili ▪ Consigli di esperti per migliorare il tuo CV ▪ Formato compatibile con ATS (Applicant Tracking System) per superare i sistemi di selezione automatizzata (l'ATS è un sistema generalmente utilizzato dai datori di lavoro per elaborare i curriculum) ▪ Possibilità di scaricare il tuo CV in formato PDF o TXT.
Valore formativo per un NEET	Può essere molto utile per un NEET in quanto offre una guida passo dopo passo per creare un CV professionale, aiutando a migliorare le capacità di scrittura e di presentazione.
Considerazioni sull'accessibilità	▪ È accessibile online e può essere utilizzato da qualsiasi dispositivo con una connessione Internet. ▪ Tuttavia, è necessario creare un account per salvare il proprio lavoro.
Rischi e limitazioni	▪ Come per qualsiasi servizio online, esiste il rischio di perdita di dati o di uso non autorizzato delle informazioni personali. ▪ È importante leggere i termini di utilizzo e l'informativa sulla privacy prima di utilizzare il servizio.
Link ufficiale al programma:	https://www.resume.com/
Costi di licenza	100% gratuito
Attività pratica proposta	Crea un curriculum utilizzando il link ufficiale del programma fornito e personalizzalo con le tue informazioni e competenze. Quindi, scarica il curriculum in formato PDF e condividilo sui social media o con gli amici per ricevere un feedback.

5.2 Final Round AI

Final Round

Breve descrizione	Final Round AI è una piattaforma di preparazione ai colloqui di lavoro che utilizza l'intelligenza artificiale per offrire simulazioni di colloquio personalizzate e feedback in tempo reale.
Funzionalità principali	▪ Simulazioni di colloquio con domande personalizzate ▪ Feedback in tempo reale su chiarezza, sicurezza e comunicazione ▪ Analisi del curriculum e ottimizzazione del profilo LinkedIn ▪ Candidatura automatica alle offerte di lavoro
Valore formativo per i NEET	Si tratta di uno strumento prezioso per i NEET in quanto offre una guida pratica e personalizzata per prepararsi ai colloqui di lavoro, migliorando le capacità comunicative e di presentazione.
Considerazioni sull'accessibilità	La piattaforma è accessibile online e può essere utilizzata da qualsiasi dispositivo dotato di connessione a Internet. Tuttavia, è necessario creare un account per utilizzare le funzionalità avanzate.
Rischi e limitazioni	▪ La piattaforma potrebbe avere un limite di tempo per i colloqui simulati. ▪ La qualità del feedback può dipendere dalla qualità delle informazioni fornite. ▪ La piattaforma potrebbe non essere adatta a ruoli creativi o altamente specializzati.
Link ufficiale al programma:	https://www.finalroundai.com/
Costi di licenza	È disponibile una versione di prova gratuita di base e generale, ma è richiesta la registrazione. Per ulteriori test, è necessario pagare una quota mensile, trimestrale o annuale.
Attività pratica	Crea un account su Final Round AI e utilizza la

proposta	piattaforma per simulare un colloquio di lavoro. Registra le tue risposte e analizza il feedback per migliorare le tue capacità comunicative e di presentazione.
-----------------	--

5.3 Namecheap Logo Maker



Breve descrizione	Namecheap Logo Maker è uno strumento online gratuito che utilizza l'intelligenza artificiale per creare semplici loghi personalizzati in pochi minuti.
Funzionalità principali	- Consente di creare loghi personalizzati con migliaia di font, icone e colori. - Utilizza l'intelligenza artificiale per generare loghi unici. - Consente di scaricare i loghi nei formati PNG e SVG. - Può essere integrato con altri strumenti Namecheap (a pagamento).
Valore formativo per un NEET	Offre una guida pratica e personalizzata per la creazione di un logo professionale, migliorando le tue capacità di progettazione e presentazione.
Considerazioni sull'accessibilità	Ha un'interfaccia utente intuitiva e funziona con qualsiasi browser. Namecheap Logo Maker ti permette di creare loghi online ed è facile da usare anche per chi non ha esperienza di grafica, guidandoti nella scelta di font, colori e icone.
Rischi e limitazioni	- La qualità del logo può dipendere dalla qualità dei dati inseriti. - Lo strumento potrebbe non essere adatto a ruoli creativi o altamente specializzati.
Link ufficiale al programma:	https://www.namecheap.com/logo-maker/
Costi di licenza	Gratuito
Attività pratica	Crea un logo per la tua attività o il tuo progetto

proposta	utilizzando Namecheap Logo Maker. Sperimenta con diversi tipi di carattere, icone e opzioni di colore per trovare il logo perfetto per te.
-----------------	---

5.4 Lucidchart



Breve descrizione	Lucidchart è un programma online per la creazione di diagrammi e canvas che offre una vasta gamma di modelli e strumenti di collaborazione per la creazione di mappe concettuali, diagrammi di flusso, organigrammi e altro ancora.
Funzionalità principali	▪ Creazione personalizzata di diagrammi e tele ▪ Modelli e librerie di simboli e forme ▪ Collaborazione in tempo reale con altri utenti ▪ Integrazione con altri strumenti e piattaforme ▪ Esportazione in vari formati (PNG, JPEG, PDF, ecc.)
Valore educativo per un NEET	Offre una guida pratica e personalizzata per la creazione di diagrammi e canvas, migliorando il pensiero critico e le capacità di risoluzione dei problemi.
Considerazioni sull'accessibilità	Il programma è accessibile online e offre una versione gratuita con funzionalità limitate. La versione gratuita ha limiti di utilizzo ed esportazione.
Rischi e limitazioni	▪ La versione gratuita presenta limiti di utilizzo ed esportazione. ▪ La qualità dei diagrammi può dipendere dalla qualità dei dati inseriti.
Link ufficiale del programma:	https://www.lucidchart.com/
Costi di licenza	La versione gratuita ha funzionalità limitate. Altre versioni, più complesse, sono a pagamento.
Attività pratica proposta	Crea un diagramma di flusso dei processi aziendali utilizzando Lucidchart. Utilizza i modelli e gli strumenti di collaborazione per creare un diagramma chiaro e conciso.

5.5 Miro



Breve descrizione	Miro è un programma online per la creazione di canvas e la collaborazione che offre una vasta gamma di strumenti e modelli per creare mappe concettuali, diagrammi di flusso, wireframe e molto altro ancora.
Funzionalità principali	▪ Crea canvas e diagrammi personalizzati. ▪ Modelli e librerie di simboli e forme. ▪ Collaborazione in tempo reale con altri utenti. ▪ Integrazione con altri strumenti e piattaforme. ▪ Esportazione in vari formati (PNG, JPEG, PDF, ecc.).
Valore educativo per un NEET	Offre una guida pratica e personalizzata per la creazione di canvas e diagrammi, migliorando il pensiero critico e le capacità di risoluzione dei problemi.
Considerazioni sull'accessibilità	Il programma è accessibile online e offre una versione gratuita con funzionalità limitate. La versione gratuita ha limiti di utilizzo ed esportazione.
Rischi e limitazioni	▪ La versione gratuita presenta limiti di utilizzo ed esportazione. ▪ La qualità del diagramma può dipendere dalla qualità dei dati inseriti.
Link ufficiale del programma:	https://miro.com/
Costi di licenza	La versione gratuita ha funzionalità limitate. Altre versioni più complesse sono disponibili a pagamento.
Attività pratica proposta	Crea una mappa per un progetto aziendale utilizzando Miro. Utilizza i modelli e gli strumenti di collaborazione per creare un piano aziendale chiaro e conciso