

MAPPA PERSONALE



CARATTERISTICHE PRINCIPALI

Competenze rafforzate (TASC Cluster)	COSTRUIRE
Adatto per	Insegnanti, Studenti
Livello di difficoltà	Basso
Impostazione individuale	No
Impostazione del gruppo	Sì
Numero minimo di partecipanti	1
Durata media	30-60 minuti
Attrezzature Speciali	No
Versione online	Sì

1. PANORAMICA (QUESTA PARTE VIENE VISUALIZZATA IMMEDIATAMENTE QUANDO SI APRE L'ESERCIZIO)

Questo esercizio per singoli e gruppi aiuta gli studenti ad acquisire consapevolezza di sé e auto-sviluppo e, se condotto in gruppo, a capirsi meglio l'un l'altro, a comunicare e collaborare meglio.

"La mappatura crea entusiasmo per un progetto in quanto fornisce quasi immediatamente una visione potente di una comunità. Intrecciare la mappatura nel tessuto connettivo della narrazione, del dialogo e degli approcci incentrati sull'arte fonda la conversazione, la visione e la complessa realtà di ciò che esiste effettivamente nella nostra comunità e di chi siamo. " (Ganley, 2011).

Gli individui possono mappare i propri valori; i gruppi, le istituzioni formali e le associazioni a cui appartengono o si sentono collegati. (vedi esercizio sulla mappatura comunitaria)

In questo esercizio ci concentriamo sulla mappatura del personale, cioè un esercizio di mappatura a livello individuale.

Le mappe personali sono un buon mezzo per l'auto-sviluppo, in quanto forniscono un facile modo per ordinare idee, pensieri e concetti, e si può usarlo per lo sviluppo personale e come fonte di motivazione.

Se ritieni che i tuoi studenti abbiano bisogno di migliorare le loro relazioni o che abbiano bisogno di conoscersi meglio, puoi utilizzare le mappe personali per farlo. La tecnica aiuta a identificare argomenti comuni per i quali iniziare una conversazione in modo semplice.

2. OBIETTIVO / VANTAGGI

Le mappe personali aiutano a scoprire il proprio io interiore e generano una comprensione approfondita dei nostri problemi e contribuiscono a trovare una soluzione per raggiungere gli obiettivi della vita.

È l'ideale per coloro che sono studenti visivi, molte persone preferiscono l'apprendimento visivo, e in questo senso una mappa è un buon modo per conoscere se stessi.

Sono anche un modo adatto per scoprire la connessione tra pensieri e idee che potrebbero non esserti stati conosciuti prima.

La mappa personale è una pratica semplice e facile da applicare. Può aiutare gli studenti a conoscersi meglio e ad avere una migliore comunicazione e collaborazione tra di loro. Può aiutarli a parlare delle loro vite personali, quindi è più facile per loro entrare in empatia insieme. Anche una breve conversazione su qualcosa che è vicino e caro al loro cuore può dare un senso di sicurezza nell'altra persona. Ciò renderà più facile per tutti esprimere le proprie opinioni e rispettarsi a vicenda mentre lo fanno.

3. CLUSTER DI COMPETENZE correlati

La mappa personale riguarda l'autoconsapevolezza e quindi contribuisce al libero arbitrio personale. Se viene utilizzato in un gruppo, può supportare la creazione di una comprensione comune e di un senso di appartenenza, e quindi sostenere l'agenzia di gruppo.

Il diverso modo in cui la mappa personale può essere utilizzata, come spiegato in questo esercizio, può aiutare a creare rispetto e comprensione reciproci. Può essere utilizzato per una migliore comprensione comune dell'altra persona o per ottenere informazioni sui valori, i pensieri e i sentimenti di uno studente, per quanto riguarda un particolare insieme di soluzioni.

Pertanto l'esercizio è legato alla COSTRUZIONE.

4. COME FARE L'ESERCIZIO

Passo 1 / Preparazione:

(OBBLIGATORIO spiegare come preparare e introdurre l'esercizio allo studente)

L'insegnante introduce l'esercizio, se implementato a livello individuale, spiega allo studente lo scopo della mappa personale (che potrebbe andare dal semplice conoscere meglio lo studente a supportarlo nelle (future) scelte di carriera o di studio o acquisire informazioni sui problemi specifici che potrebbe affrontare).

Se in un ambiente di gruppo, l'insegnante spiega lo scopo dell'esercizio, ad esempio come rompighiaccio per conoscersi (ad esempio all'inizio dell'anno accademico) o per identificare interessi, sfide o problemi comuni. A seconda di come viene condotto l'esercizio (come indicato nella fase finale ci sono diversi modi per condurre l'esercizio), l'insegnante spiega il processo.

Fase 2

L'esercizio inizia mettendo il tuo nome al centro e poi scrivendo categorie di interesse intorno ad esso. Le categorie più comunemente utilizzate sono: lavoro, istruzione, amici, famiglia, hobby, obiettivi, valori e casa.

Puoi usare diversi colori o note adesive colorate per rappresentare le tue idee, pensieri, problemi, ecc., Relativi a una categoria specifica.

Fase 3

Compila lentamente ciascuna delle categorie. Le categorie non sono fisse, puoi modificare le categorie insieme a ciò che trovi interessante mentre procedi.

Posiziona gli elementi che sono più importanti per te o a cui ti identifichi più vicino a te e organizza quelli meno importanti o collegati più lontano. Riorganizzare le note adesive per indicare in che modo ogni elemento si relaziona l'uno con l'altro.

Se ritieni che gli studenti siano riluttanti o mostrino scetticismo nei confronti dell'esercizio, potresti iniziare con un esempio e disegnare la tua mappa personale.

Passo finale / Conclusione:

(OBBLIGATORIO spiegare cosa fare per concludere l'esercizio)

Al termine dell'esercitazione l'insegnante può chiedere agli studenti di presentare la propria mappa personale al resto, oppure utilizzare la per la propria analisi (e non condividerla con il gruppo).

Esistono diversi modi in cui è possibile utilizzare le mappe personali risultanti:

- Ogni studente crea una mappa su se stesso, che viene poi scambiata.
- Gli studenti sono divisi in coppie e fanno mappe personali l'uno dell'altro. Saranno in grado di chiedere e parlare di ciò che interessa entrambi.
- Chiedi a uno studente di creare la mappa di un altro durante un periodo specifico, ad esempio una settimana. L'idea è che durante diversi momenti, ad esempio la pausa pranzo, colui che fa la mappa personale cerca, attraverso le conversazioni, di compilare la mappa. Naturalmente non sono autorizzati a porre domande dirette, ad esempio "Quali sono i tuoi hobby?". Vedrai quanti errori commetti e quante nuove informazioni imparerai durante la settimana. Inoltre, lo studente di cui tratta la mappa si sentirà come una celebrità durante la settimana a causa di tutte le domande sulla loro vita :).
- **'Un test' con mappe personali.** Una volta che tutti hanno preparato una mappa, puoi creare un test divertente, in cui fai ai tuoi studenti diverse domande sulle mappe personali create.

5. CHIUSURA

Fissa la mappa di ogni persona al muro e guardali tutti per modelli, somiglianze e differenze, per quello che ti dicono di questo gruppo. .

Dopo la sessione, i risultati possono essere analizzati

- A livello di un individuo;
- A livello di gruppo.

L'insegnante stesso può utilizzare la mappa personale di uno studente per conoscerlo meglio e impegnarsi in una conversazione sulle cose che lo motivano o lo preoccupano.

Quando lo si utilizza in gruppo, una volta che le mappe personali sono state condivise tra tutti, l'insegnante può analizzarle e identificare elementi comuni, argomenti, ecc., E usarli per creare un sentimento di appartenenza o aumentare la consapevolezza e la comprensione delle reciproche differenze, e quindi aumentare il rispetto reciproco.

Le domande che l'insegnante potrebbe porre dopo l'esercizio sono:

- Quali idee / pensieri / sentimenti hai dopo il processo di creazione della tua mappa personale o di qualcun altro?
- Il processo ha cambiato le idee / pensieri / sentimenti che hai sui tuoi compagni di studio?
- Cosa hai imparato su di te e sui tuoi compagni di studio durante l'esercizio e la creazione delle mappe personali?

6. MATERIALI SPECIFICI

Avrai bisogno di avere

- Carta A3
- Note adesive
- Matite colorate o pennarelli

7. SUGGERIMENTI E TRUCCHI

- Fai attenzione quando lo usi. Usa la mappa personale pensando ai tuoi studenti
- Consenti agli studenti di condividere ciò che pensano, non costringerli a condividere qualcosa di specifico.
- Fai sentire gli studenti liberi condividendo il loro lato personale.
- Assicurati che la creazione di mappe non duri abbastanza a lungo da scoraggiare gli studenti.
- Quando lavori in gruppo, cerca di non concentrare la discussione su un solo argomento, che potrebbe interessare solo 2-3 persone.

- Se le mappe personali sono una cosa nuova per i tuoi studenti, crea la tua prima mappa con loro e poi continua con qualcuno che si offre di provarla.

8. VERSIONE ON-LINE

L'esercizio può essere fatto online, e in sostanza segue gli stessi passaggi indicati per la versione offline. In questo caso, uno strumento di videoconferenza dovrebbe essere utilizzato per consentire agli studenti di discutere. Mentre in un ambiente faccia a faccia l'insegnante può monitorare e interagire con più gruppi contemporaneamente (e guidarli nel processo), online questo può essere fatto solo utilizzando un'app di videoconferenza che consente stanze di break-out, in cui le coppie o i trio possono discutere tra loro, mentre l'insegnante ascolta. Per un gruppo di 2 o 3 opzioni di breakout non sono necessarie.

Se hai studenti che trascorrono un tempo limitato insieme di persona o seguono l'istruzione online, puoi fare esercizi di mappe personali da remoto, ad esempio tramite una videochiamata. Se si desidera compilare le mappe in modo continuo e crearle facilmente, è possibile utilizzare diversi strumenti online per lavorare con loro, ad esempio [Miro Board](#), [Mural](#)

9. BIBLIOGRAFIA - SITOGRAFIA

Barbara Ganley (2011), <https://community-expressions.com/2011/11/21/lessons-learned-parttwo-participatory-community-network-mapping/> , consultato tra il 2012-2014

<https://www.youtube.com/watch?v=T9d8w-OG-Fk>

<https://www.andycleff.com/2021/02/personal-maps-getting-to-know-the-whole-human-being/>

<https://agilefellow.com/2019/12/26/personal-maps-used-as-an-icebreaker/>