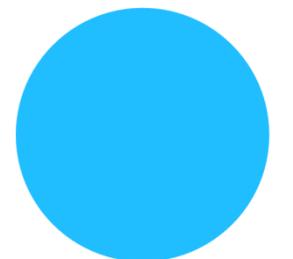
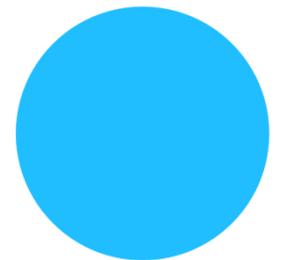




Co-funded by  
the European Union

# **Formazione internazionale per educatori degli adulti sul fenomeno del benessere nella vita (Attività 3)**

## **Metodologia di insegnamento del benessere nella vita tra gli adulti**



# Lo scopo dell'apprendimento è trasformare in modo duraturo una persona:

- le informazioni che possiede,
- la sua visione del mondo,
- il modo in cui affronta i compiti e gli strumenti che può utilizzare, ecc.

**Ma...**

# MA..



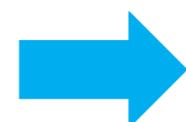
Come cambiare le persone?



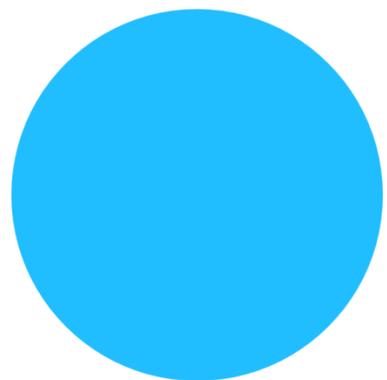
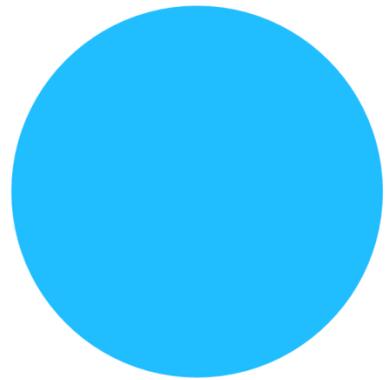
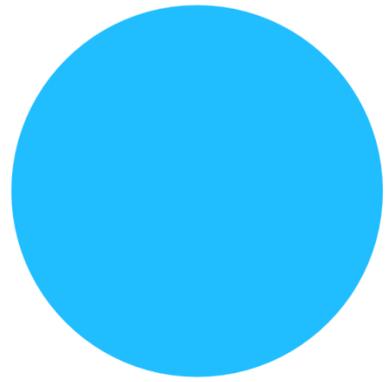
Come farle riflettere e vedere il mondo in modo diverso?



Come spingerle a prendere decisioni diverse?



Come aiutarle a sviluppare una maggiore agilità nella vita?



# **COSA DEVONO SAPERE GLI EDUCATORI DEGLI ADULTI**



# TRE FASI DELLO SVILUPPO ADULTO SECONDO LA PSICOLOGIA DELLO SVILUPPO.

**20-30/40 anni (prima età adulta) - Massima capacità di acquisire conoscenze e competenze.**

**30/40 - 50/60 anni (età adulta intermedia) - Livello stabile di apprendimento, tendenza a cercare riflessioni nell'esperienza.**

**Importante! Necessità di un'educazione personalizzata.**

**55/66 anni (tarda età adulta) - Diminuzione dell'intelligenza innata, possibile aumento dell'intelligenza sociale.**

More at: [www.e-mentor.edu.pl](http://www.e-mentor.edu.pl)



Co-funded by  
the European Union



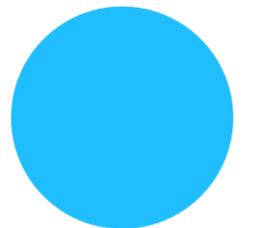
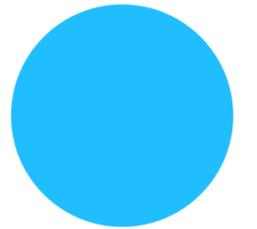


**MA....** La convinzione che le capacità intellettuali diminuiscono con l'età è falsa.

È stato confermato che gli adulti con un QI superiore alla media (i cosiddetti individui dotati) possono sviluppare le loro capacità mentali con risultati eccellenti fino alla vecchiaia.

**MA...**

Apprendono in modo più efficace seguendo il proprio ritmo piuttosto che sotto pressione.



[www.e-mentor.edu.pl](http://www.e-mentor.edu.pl)



Co-funded by  
the European Union

# MODELLO DI APPRENDIMENTO ESPERIENZIALE DI DAVID KOLB



# ESPERIENZE

Qualcosa sta accadendo,  
sto partecipando a qualcosa,  
sto osservando qualcosa,  
dei dati stanno raggiungendo i miei sensi

# REFLEZIONI

Presto attenzione a ciò che è accaduto o sta accadendo,  
elaboro i dati che arrivano alla mia mente,  
li confronto con ciò che ho in memoria,  
li traduco in parole.

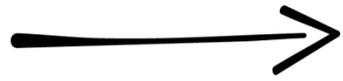
# ESPERIMENTAZIONE

Utilizzando le mie conclusioni,  
provo a metterle in pratica.

# CONCETTUALIZZAZIONE

Sto mettendo insieme ciò che ho osservato.

**David Kolbe**



**QUATTRO STILI DI APPRENDIMENTO  
FONDAMENTALI**

- Sentire (Feeling)
- 
- Osservare (Watching)
- 
- Pensare (Thinking)
- 
- Agire (Doing)



Life Wellness  
FOR BUSY PEOPLE



Co-funded by  
the European Union



# Principali stili di apprendimento negli adulti (4 stili)

David A. Colb on experimental learning  
<http://www.infed.org/biblio/b-explrn.htm>, [29.08.2005].

## **Convergente (30% della popolazione)**

- Preferisce domande come "Come?" (Come funziona? Come è successo?)
- Il suo punto di forza è l'applicazione pratica delle idee
- Sa concentrarsi sul ragionamento deduttivo
- Decisamente poco emotivo
- Ha interessi piuttosto ristretti



Co-funded by  
the European Union

# Principali stili di apprendimento negli adulti (4 stili)

## **Divergente (15-20% della popolazione)**

- Preferisce domande come "Perché?"
- Il suo punto di forza è una grande immaginazione
- Crea nuove idee con facilità
- Riesce a vedere le cose da diverse prospettive
- È interessato alle persone
- Ha ampi interessi culturali



Co-funded by  
the European Union

# Principali stili di apprendimento negli adulti (4 stili)

## **Assimilatore (35-40% della popolazione)**

- Preferisce domande come "Cosa?" (Qual è la causa e quale l'effetto?)
- Ha la capacità di creare modelli teorici
- Eccelle nel ragionamento induttivo
- È più interessato alle idee astratte che alle persone

# Principali stili di apprendimento negli adulti (4 stili)

## Accomodate (15-20% della popolazione)

- Preferisce domande come "E se...?" (Se cambio qualcosa, quali saranno le conseguenze?)
- Il suo punto di forza sono le azioni concrete e l'intraprendenza
- Ha la capacità di assumersi rischi
- Eccelle nelle situazioni impreviste
- Usa l'intuizione e reagisce in modo intuitivo



Co-funded by  
the European Union

# Stili di apprendimento di Honey e Mumford

di P. Honey e M. Mumford (The Manual of Learning Styles)

## **ATTIVISTA** (SPERIMENTAZIONE PRATICA)

PREFERISCE IMPARARE FACENDO PIUTTOSTO CHE LEGGENDO ISTRUZIONI.  
AMA LE NUOVE ESPERIENZE E L'ATTIVITÀ PRATICA.  
SPESSO SCEGLIE DI LAVORARE IN GRUPPO.  
VALORIZZA LO SCAMBIO E LA REVISIONE DELLE IDEE.  
IL SUO PUNTO DI FORZA È LA MENTALITÀ APERTA E L'ENTUSIASMO.

## **Teorico** (Sintesi e ipotesi)

Tende ad adattare e integrare tutte le osservazioni in una teoria o in un modello operativo.  
Trova facilmente connessioni tra singole osservazioni e intuizioni.  
Combina le nuove conoscenze con le proprie teorie, chiedendosi come si integrino tra loro.  
Il suo punto di forza è l'uso sistematico delle informazioni esistenti per risolvere nuovi problemi.

## **RRIFLESSIVO** (ANALISI)

Preferisce rimanere in disparte e osservare.  
Cerca di raccogliere quante più informazioni possibili prima di prendere una decisione.  
Invece di reagire d'impulso, preferisce avere una visione d'insieme basata sulle proprie esperienze passate e sulle intuizioni degli altri.  
Il suo punto di forza è la raccolta meticolosa dei dati e la loro analisi per giungere a una conclusione.

## **PRAGMATICO** (APPLICAZIONE PRATICA)

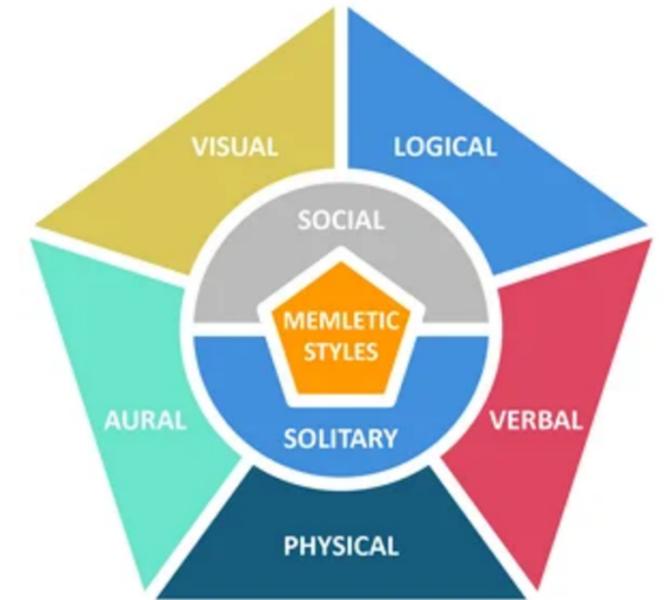
È sempre alla ricerca di nuove idee da mettere in pratica.  
Il criterio principale con cui valuta le teorie è la loro applicabilità concreta.  
Il suo punto di forza è la capacità di utilizzare con facilità nuove idee e integrarle nel proprio lavoro quotidiano.



Co-funded by  
the European Union

# Stili di apprendimento Memletics (sette stili di apprendimento fondamentali)

[hybridgesolutions.com](http://hybridgesolutions.com)



Visivo (spaziale) - Preferisce immagini, schemi e rappresentazioni visive per comprendere concetti.

Uditivo (musicale) - Predilige suoni, musica e ritmi per apprendere in modo efficace.

Verbale (linguistico) - Apprende meglio attraverso la parola, sia scritta che parlata.

Fisico (cinestesico) - Preferisce imparare attraverso il movimento, il tatto e l'uso del corpo.

Logico (matematico) - Si basa sulla logica, sui numeri e sul ragionamento razionale per apprendere.

Sociale (interpersonale) - Predilige l'apprendimento in gruppo o attraverso l'interazione con gli altri.

Solitario (intrapersonale) - Preferisce l'apprendimento autonomo, auto-diretto e riflessivo.



Life Wellness  
FOR BUSY PEOPLE



Co-funded by  
the European Union

**Memletics® Learning Styles Inventory** (version 1.2. )

© Advanogy.com 2003. All rights reserved. Except for allowances of “fair use,” and the “Free Use License” below, you may not copy, modify, store or transfer this publication, in part or full, without the prior written permission of the copyright owner.

**Free use license:**

Advanogy.com grants you a non-exclusive, revocable license to distribute this publication as long the following conditions are met:

- No part of the publication may be modified or deleted.
- The publication may not be sold or associated with another commercial product or service.
- The entire publication must be provided to anyone using the test.

Published by Advanogy.com.

For all copyright, publishing, permission, and licensing enquiries, please visit <http://www.memletics.com> or email [admin@memletics.com](mailto:admin@memletics.com)

“Memletics®” is a trademark for worldwide use.

**“Memletics Terms of Use” agreement. You must accept this agreement to read this book.**

Your use of this publication is subject to the terms of use agreement available at the Memletics.com website. This is a legally binding agreement between readers and Advanogy.com and its agents. If you do not agree to any of the terms of use, do not read this publication. If you do not understand this agreement, seek professional legal advice.

Key terms of the agreement include:

This publication contains ideas, opinions, tips and techniques for improving learning performance. The author and publisher intend to provide helpful and useful material on the subjects addressed in this book. The author and publisher are not providing you with medical, health, or any other personal professional service. You should seek the advice of your medical practitioner, health professional or other relevant competent professional before trying or using information in this book.

You agree to not hold, nor attempt to hold the author, publisher or their agents liable for any loss, liability, claim, demand, damage, or expense (including legal fees) whatsoever in connection with the purchase, use, misuse or inability to use this material. You also indemnify the author and publisher from the actions of others affected by your activities. This includes the cases where the author or publisher has omitted information or included wrong information.

In jurisdictions that exclude such limitations of liability, liability is limited to the greatest extent

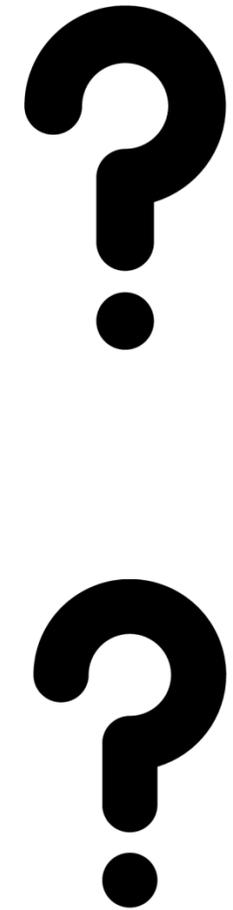




# L'IDEA DELL'APPRENDIMENTO PERMANENTE

Cos'è?

Come introdurre il  
concetto  
nell'educazione degli  
adulti?



*Lifelong learning, czyli rozwój przez całe życie - Wszechnica UJ*

# PERCHÉ L'APPRENDIMENTO PERMANENTE È IMPORTANTE?

Il principio alla base **dell'apprendimento permanente** è garantire a tutti la possibilità di ampliare le proprie competenze e qualifiche, in particolare a coloro che sono a rischio di esclusione.

Per affrontare le sfide del presente, è **necessario sviluppare e migliorare continuamente le proprie competenze.**

*Lifelong learning, czyli rozwój przez całe życie - Wszechnica UJ*



Co-funded by  
the European Union



# What you need to know on lifelong learning

Last update: 6 September 2024

## Summary

- Why does lifelong learning matter?
- What does lifelong learning mean?
- What is the current situation of lifelong learning?
- How does UNESCO promote lifelong learning?

## Why does lifelong learning matter?

In a rapidly changing world, where technology, globalization, climate change, growing polarization of societies, and demographic and social dynamics are reshaping every aspect of our lives, education is undergoing a transformational journey. Education is no longer confined to traditional school-based education for children but has expanded to encompass lifelong and life-wide learning.

People can no longer navigate their life course using only the skills and knowledge acquired at school, college or university. They need to learn



## RAGIONI

In un mondo in rapido cambiamento, in cui tecnologia, globalizzazione, cambiamento climatico, crescente polarizzazione delle società e dinamiche demografiche e sociali stanno trasformando ogni aspetto della nostra vita, l'educazione sta attraversando un percorso di trasformazione.

**L'istruzione non è più confinata all'educazione scolastica tradizionale per i bambini, ma si è ampliata fino a includere l'apprendimento permanente e a tutto campo.**

Le persone non possono più affrontare il loro percorso di vita basandosi solo sulle competenze e conoscenze acquisite a scuola, all'università o al college. Hanno bisogno di apprendere per tutta la vita.

L'apprendimento permanente è un mezzo efficace e trasformativo per affrontare le sfide globali attuali.

<https://www.unesco.org/en/lifelong-learning/need-know>



Co-funded by  
the European Union

## BENEFICI

- **Migliora l'occupabilità** attraverso il reskilling e l'upskilling dei lavoratori in un mondo del lavoro in evoluzione.
- **Permette** agli individui di padroneggiare la rivoluzione digitale.
- **Responsabilizza** gli studenti di tutte le età nell'azione per il clima.
- **Supporta** la salute e il benessere nelle comunità.
- **Aiuta** i Paesi a rispondere all'invecchiamento della popolazione, con il numero di persone di 65 anni o più che si prevede supererà quello dei giovani entro il 2050.
- **Promuove** la tolleranza e i valori democratici di fronte a profondi cambiamenti sociali ed economici.

<https://www.unesco.org/en/lifelong-learning/need-know>



Co-funded by  
the European Union



# LIFELONG LEARNING:

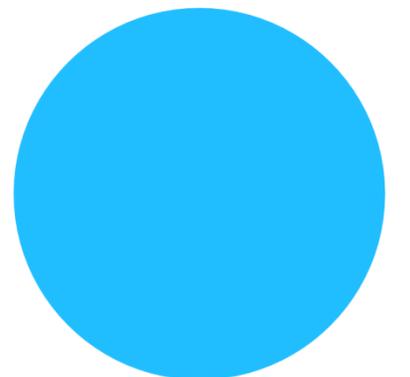
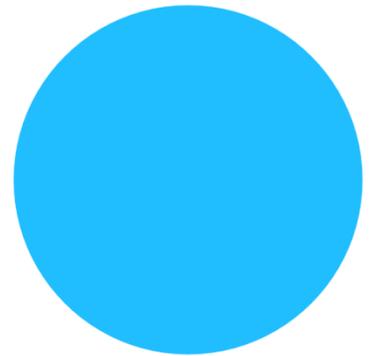
- Aiuta a sviluppare le capacità naturali.
- Apre la mente.
- Stimola la curiosità.
- Accresce la saggezza.
- Rende il mondo un posto migliore.
- Favorisce l'adattamento ai cambiamenti.
- Aiuta a trovare un senso nella propria vita.
- Permette di fare nuove amicizie e sviluppare relazioni preziose.
- Migliora la memoria.
- altri ..... (cosa ne pensi?)

# APPRENDIMENTO AUTODIRETTO

## ○ APPRENDIMENTO GESTITO

*Quali domande vale la pena porsi?*

- Cosa trovo interessante? Cosa mi piace fare? Cosa vorrei provare?
- Come si inseriscono queste attività nella mia vita? Quali sono possibili in questa fase?
- Da dove comincio? Cosa mi darà più gioia o beneficio?
- Come sarà questo processo? Imparerò da solo o con qualcuno? Con quale frequenza? Per quanto tempo? Cosa farò concretamente?
- Quando completerò una determinata fase? Come valuterò i risultati? Quanto sarà soddisfacente per me l'esito?
- A cosa mi dedicherò a lungo termine? Di cosa ho bisogno per iniziare?



LIFE WELLNESS  
FOR BUSY PEOPLE



Co-funded by  
the European Union

# VI INVITO A UNA DISCUSSIONE IN COPPIE O IN GRUPPI DI TRE SUL TEMA:

- ✓ Come insegnare ad altri adulti il benessere nella vita?
- ✓ Quali strumenti utilizzare?
- ✓ Come motivare?
- ✓ Da dove iniziare?

**E redigete insieme una lista.**





# La nostra lista di consigli utili per lavorare con gli adulti nel campo del benessere personale

- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

Grazie!



Agnieszka Piestrzeniewicz

[a.piestrzeniewicz@msk.lodz.pl](mailto:a.piestrzeniewicz@msk.lodz.pl)

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



Life Wellness  
For Busy People



Co-funded by  
the European Union