



REGIONE AUTONOMA  
FRIULI VENEZIA GIULIA

CON IL CONTRIBUTO DELLA REGIONE AUTONOMA FRIULI VENEZIA GIULIA  
DIREZIONE CENTRALE CULTURA, SPORT E SOLIDARIETÀ - SERVIZIO VOLONTARIATO, SOLIDARIETÀ E IMMIGRAZIONE



COMUNE DI  
FIUME VENETO



COMUNE DI PREPOTTO

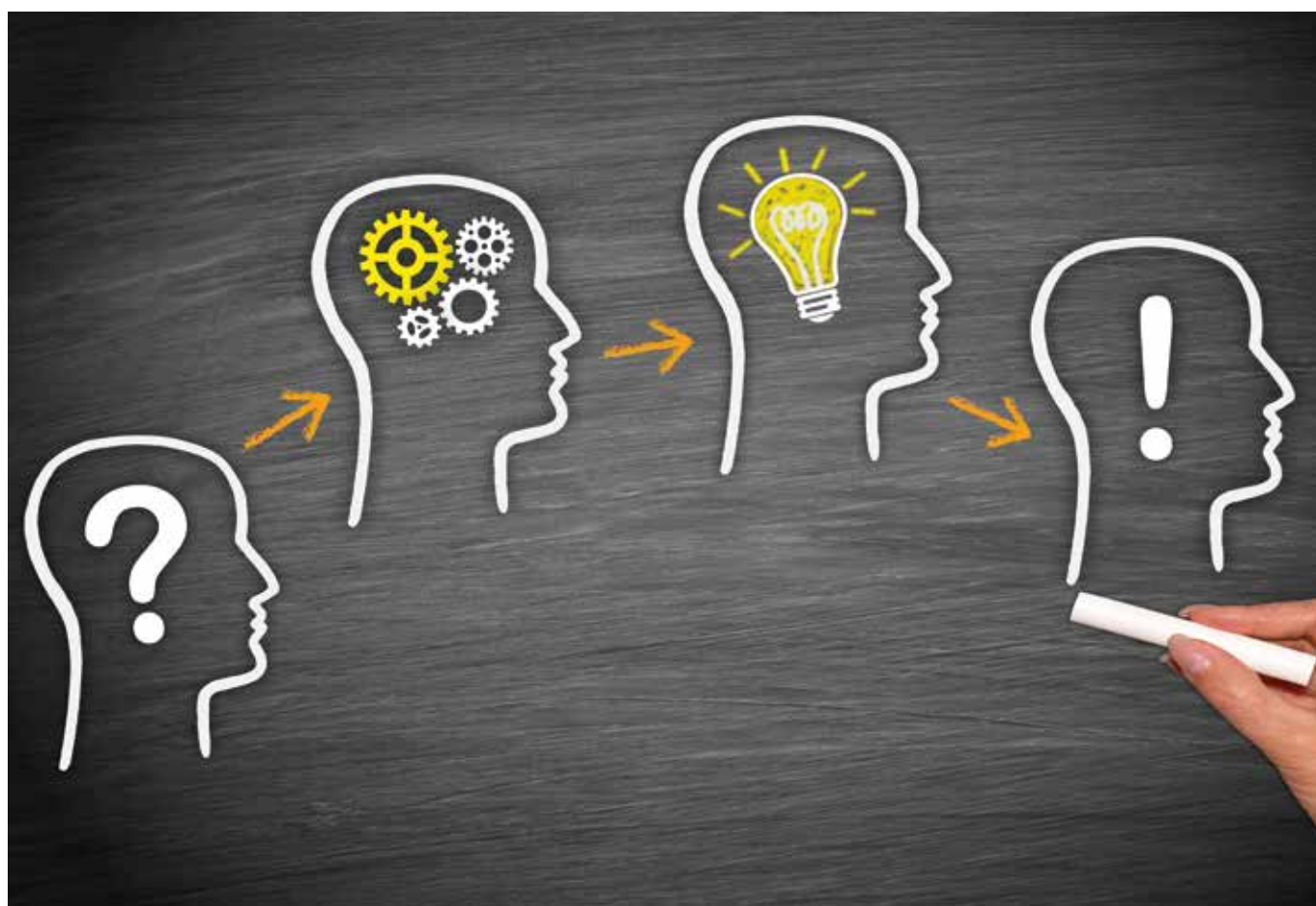


Con la partnership del

Club UNESCO di Udine  
Membro della Federazione Italiana  
dei Club e Centri Unesco  
Associata alla Federazione Mondiale

# TRASFORMARE i Problemi in Progetti

PERCORSI DI INNOVAZIONE



# LA FORMAZIONE: una nuova prospettiva per l'Innovazione nel Sociale

L'innovazione è una necessità per il benessere e per la qualità di vita. Trovare soluzioni intelligenti per migliorare il proprio contesto, è un elemento che da sempre accompagna l'uomo, in diverse misure e modalità. Il miglioramento si manifesta nel progresso su diversi piani. L'innovazione nel campo delle risorse energetiche ci porta alla ricerca di forme sempre più economiche e sostenibili per utilizzare l'energia nel rispetto dell'ambiente. L'innovazione nello sviluppo delle tecnologie e nella ricerca ci conducono ad una semplificazione dei processi, offrendo soluzioni inedite ed efficienti per lavorare meglio. L'innovazione in campo medico ci ha permesso di ottenere risultati di crescente importanza, valore e ottimismo per il futuro. Anche il piano umano e personale richiede un'innovazione che porti qualità e benessere nelle nostre esperienze. La qualità della vita è connessa sia alle azioni e agli avvenimenti che la caratterizzano, ma anche alla percezione soggettiva, umana e personale di ogni vissuto. Entrambi questi elementi sono determinati dalle abilità della persona, la quale può scegliere di utilizzarle per vivere le esperienze in modo positivo.

La capacità di affrontare la vita, i successi e le difficoltà attraverso le abilità personali, in modo funzionale e positivo, è una conquista prodotta da un investimento consapevole in questa direzione.

La formazione sul piano umano e personale richiede l'acquisizione di competenze che permettano di gestire i problemi e le difficoltà, trasformandole in occasioni per il miglioramento. La sfida prioritaria è quella di sviluppare abilità personali in grado di produrre esperienze positive, sul piano tecnico e sul piano umano.

La formazione che abbiamo realizzato in *Trasformare i problemi in progetti* nel campo delle abilità personali ha voluto contribuire attivare nuovi processi di miglioramento. Abbiamo offerto conoscenze e strumenti per aumentare la propria efficacia operativa e per conquistare risultati significativi.

Coltivare le abilità personali è una priorità per l'innovazione sociale: è dunque fondamentale innescare un contagio positivo!



# IL PROGETTO

*Trasformare i Problemi in Progetti è un percorso di formazione che ha voluto contribuire al miglioramento della qualità della vita attraverso lo sviluppo delle abilità personali.*

L'iniziativa è stata realizzata dal Centro Studi Podresca con il contributo della Regione Autonoma Friuli Venezia Giulia e i patrocini della Provincia di Gorizia e dei Comuni di Prepotto (UD), Fiume Veneto (PN), con la partnership del Club UNESCO di Udine. Il progetto ha attivato una rete di fitte collaborazioni con Comuni, con scuole superiori di secondo grado, Università, Centri di Aggregazione Giovanili e Associazioni Giovanili della Regione per offrire alla cittadinanza un programma di grande valore. Sono stati offerti interventi di formazione ai giovani, ai genitori, agli educatori e alla cittadinanza con l'intento di produrre esperienze positive, sviluppare e perfezionare le abilità personali e aprire nuove opportunità per il futuro.

Il programma ha proposto strumenti efficaci per ideare e realizzare piani di lavoro operativi in ogni ambito, da quello accademico e professionale a quello ricreativo e relazionale.

Il progetto ha previsto lo svolgimento di laboratori per lo sviluppo delle abilità personali, indirizzati principalmente a giovani in fase formativa e ad adulti motivati da un desiderio di miglioramento personale. Le tematiche affrontate hanno permesso di acquisire conoscenze e abilità adatte ad affrontare l'attuale momento storico con inedite capacità.





## OBIETTIVI & FINALITÀ

La prima finalità dell'iniziativa era contribuire alla cittadinanza attiva attraverso il potenziamento della collaborazione e delle capacità operative delle persone; la seconda era l'offrire una formazione innovativa di sostegno ai giovani e alle famiglie.

- Offrire conoscenze e sviluppare le abilità personali per trasformare i problemi in progetti, contribuendo ad una cultura progettuale e costruttiva.
- Dare strumenti per ideare e realizzare progetti operativi in ogni ambito e applicabili da tutti in un'ottica di inclusione sociale.
- Fornire un reale sostegno nell'affrontare le situazioni di difficoltà e prevenire il loro peggioramento (prevenire l'esclusione sociale, l'abbandono degli studi, la difficoltà nel trovare un'occupazione, l'insorgere di disagi).
- Incrementare la cittadinanza attiva attraverso una nuova maturità personale, sviluppando una rete di reciproco aiuto e di innovazione sociale.
- Creare contesti di confronto e di scambio per prevenire la formazione di situazioni di difficoltà in ambito sociale.

# TEMI

Il progetto ha proposto incontri tematici che si sono centrati sulla corretta gestione dei problemi e sullo studio delle abilità di comunicazione. L'attenzione è stata focalizzata sul comprendere la natura dei problemi e le corrette modalità per risolverli. Le lezioni hanno approfondito lo studio degli strumenti adatti a riconoscerli, affrontarli correttamente, trovare la giusta soluzione.

Capire i meccanismi che originano i problemi e le incomprensioni svolge una doppia funzione: sciogliere il problema e prevenirne la formazione. Adottare la corretta soluzione, comporta anche concludere - e non ripetere in futuro - una modalità disfunzionale.

## La natura dei problemi

- La natura dei problemi e come affrontarli
- Definizione di problema
- L'intenzione di risolvere il problema
- Diversi tipi di barriere
- Confronto tra ostacoli, meta e abilità
- Applicare le abilità per risolvere un problema

## Decisioni e scelte

- La comprensione, la conoscenza e la scelta
- Abilità di decidere
- La forza delle scelte
- Come decidere
- Come la decisione aiuta a risolvere il problema
- Decidere in base a un principio: aumentare le relazioni
- Trasformare i problemi in progetti

## La comunicazione

- Il ciclo completo della comunicazione
- Come funzionano i nostri messaggi
- Comunicare per collaborare
- Comunicare per pulire un disturbo
- Affrontare un progetto con la comprensione



# METODO DI LAVORO

*Trasformare i problemi in progetti* si è distinto per l'applicazione di un metodo di lavoro innovativo basato sullo sviluppo delle abilità personali. Gli incontri hanno offerto l'occasione di analizzare la propria modalità di gestione delle difficoltà attraverso esercizi di comunicazione, lezioni di studio, dibattiti e condivisioni di gruppo.

I quesiti posti durante gli incontri hanno aiutato i partecipanti ad identificare le aree di difficoltà, e a stimolare l'intenzione a risolvere i problemi mettendosi in gioco.

Gli esercizi hanno permesso di rilevare i comportamenti che ostacolano la risoluzione di un problema e di individuare i passi più funzionali per trovare una soluzione e metterla in pratica. Ogni partecipante è stato invitato a creare un progetto personalizzato, volto a focalizzare le proprie risorse verso una meta utile e di valore, operando grazie alle nuove abilità acquisite. L'elaborazione e l'implementazione dei progetti individuali è stata seguita da un tutor, promuovendo la sostenibilità della formazione nel tempo.





## INNOVAZIONE

Il progetto ha rappresentato un'importante opportunità di innovazione per insegnanti, giovani e cittadini attivi nel loro territorio. L'innovazione è avvenuta attraverso gli strumenti applicativi: gli esercizi di comunicazione hanno aiutato i partecipanti ad ottenere maggior chiarezza personale, migliore abilità di prendere una posizione, scegliere ed elaborare un progetto operativo. Le discussioni hanno portato a concettualizzare progetti positivi, in contrasto con i processi di crisi e sfiducia, spesso presenti in questo momento storico, offrendo prospettive per lo sviluppo personale realizzabili e costruttive.

Il lavoro congiunto delle abilità, sia da parte degli studenti che da parte degli insegnanti, ha permesso di ottenere risultati più stabili. In questo modo, gli studenti hanno avuto infatti l'occasione di esercitare le abilità studiate in sinergia con i loro formatori e avere un terreno comune in cui crescere insieme umanamente e professionalmente.

## RICADUTA

Il progetto è stato comunicato e diffuso ampiamente tramite i media e le iniziative dei soci e ha offerto strumenti ai partecipanti per proseguire anche in autonomia. La comunicazione del progetto ha contribuito nel costruire una cultura della positività e della progettualità, un ingrediente essenziale per affrontare le esperienze nel modo corretto nell'attuale momento storico.

# PARTECIPAZIONE

L'iniziativa ha coinvolto studenti, giovani, insegnanti e cittadinanza attiva nelle provincie di Pordenone, Udine, Gorizia e Trieste, coinvolgendo oltre 400 persone, e offrendo più di 70 ore di formazione a giovani, cittadini e professionisti. Le attività hanno incluso un corso di formazione nelle Università di Udine e Trieste e laboratori per la cittadinanza ad Azzano Decimo (PN), presso il Collegio del Mondo Unito dell'Adriatico a Duino e presso il Centro di Aggregazione Giovanile di Prepotto (UD). Inoltre, l'iniziativa ha previsto incontri di formazione presso le scuole superiori di Udine. Il corso si è rivolto a giovani in procinto di iniziare il percorso lavorativo o di formazione superiore, ed è stato indirizzato in particolare a categorie svantaggiate, tra cui persone con la difficoltà di trovare un impiego.

Il progetto ha coinvolto le seguenti istituzioni del territorio:

## **Università di Trieste**

*Dipartimento di Scienze Mediche e della Salute, Corso di laurea in Fisioterapia*

Il corso di formazione ha coinvolto i tutor del Corso di laurea in Fisioterapia, i quali hanno ricevuto i crediti del programma ECM (Educazione Continua in Medicina).

## **Università di Udine, sede di Gorizia**

*Dipartimento in Scienze Umane, Corso di laurea in Relazioni Pubbliche*

## **Collegio del Mondo Unito dell'Adriatico, Duino**

**Liceo Scientifico N. Copernico, Udine**

**Liceo Caterina Percoto, Udine**

**Centro di Aggregazione Giovanile di Prepotto (UD)**

**Azzano Decimo, cittadinanza attiva**





# VALUTAZIONE & RISULTATI

Il progetto è stato monitorato con schede di valutazione e condivisioni sull'esperienza formativa. I risultati delle valutazioni sono stati positivi, mostrando un miglioramento nelle capacità individuali di riflessione e risoluzione dei problemi. Le valutazioni, rispecchiando la percezione individuale dei partecipanti, hanno mostrato un miglioramento nella capacità di riconoscere e gestire le difficoltà, trovando soluzioni pratiche e operative.

La creazione di progetti di gruppo ha offerto un terreno su cui accrescere le abilità collaborative e di teamwork.



# FORMAZIONE PRESSO UNIVERSITÀ DI TRIESTE

Il programma è stato rivolto a ventidue tutor e a ventitré studenti dell'ultimo anno del corso di laurea in Fisioterapia, che hanno preso parte rispettivamente a otto e sei ore di formazione. Per ogni appuntamento i laboratori hanno offerto una lezione frontale e teorica ed esercitazioni pratico-applicative, composte da esercizi di comunicazione e di attenzione.

La conclusione di ogni incontro è stata dedicata alla stesura di progetti individuali, personalizzati in base alle esigenze di ognuno.

I partecipanti si sono coinvolti attivamente nella lezione attraverso domande, osservazioni e condivisioni personali.

Il docente e gli assistenti di riferimento si sono resi disponibili a chiarire eventuali dubbi e constatazioni, suggerendo modalità di gestione e problem solving funzionali e pertinenti al corso di laurea.

Al termine degli incontri, i partecipanti hanno espresso anonimamente la loro opinione riguardo allo svolgimento del programma del laboratorio attraverso un questionario. Le loro risposte sono state raccolte, calcolando la percentuale di accordo o disaccordo.

I dati raccolti rivelano un risvolto positivo del seguente progetto. Gli incontri hanno permesso a studenti e tutor dello stesso corso di laurea di affrontare tematiche parallele e aumentare le proprie abilità per collaborare in modo efficace anche nell'ambito formativo.

Molti tutor del corso hanno espresso interesse a proseguire il progetto, e aumentare il monte ore disponibile per questa iniziativa. In particolare un'insegnante ha sottolineato l'importanza di proporre iniziative di questa natura a partire dal primo anno di studio, in modo da offrire una formazione di studio e professionale più completa.

## Il parere degli insegnanti, Università di Trieste:

*Un corso molto stimolante, un'esperienza preziosa per l'auto-miglioramento.*

*Ottimo nel contenuto e nello svolgimento.*

*Complimenti per la competenza e per la professionalità.*

*30 e Lode!*

*Ottimo corso, con una didattica centrata sullo specifico professionale.*

*Molto interessante perché molto fruibile in più campi.*

*Ottimo!*

*Argomento molto interessante che veramente potrebbe migliorare la qualità della vita, almeno lavorativa.*

*Una bella giornata di ascolto, riflessione, confronto tra colleghi e spunti per una progettualità futura.*

*Esperienza intensa, ottimo.*

**1. Il corso ha aumentato le mie conoscenze**

**STUDENTI**

Molto d'accordo=13%, **D'accordo=70%**,  
Indeciso=9%, Disaccordo=8%,  
Per niente d'accordo=0%

**TUTOR**

Molto d'accordo=23%, **D'accordo=77%**,  
Indeciso=0%, Disaccordo=0%,  
Per niente d'accordo=0%

**2. Il corso ha migliorato le mie capacità**

**STUDENTI**

Molto d'accordo=4%, **D'accordo=61%**,  
Indeciso=30%, Disaccordo=4%,  
Per niente d'accordo=0%

**TUTOR**

Molto d'accordo=9%, **D'accordo=68%**,  
Indeciso=23%, Disaccordo=0%,  
Per niente d'accordo=0%

**3. Il corso ha fornito spunti di riflessione**

**STUDENTI**

Molto d'accordo=26%, **D'accordo=65%**,  
Indeciso =9%, Disaccordo=0%,  
Per niente d'accordo=0%

**TUTOR**

**Molto d'accordo=68%**, D'accordo=32%,  
Indeciso=0%, Disaccordo=0%,  
Per niente d'accordo=0%

**4. Il corso ha offerto l'occasione per uno scambio e un confronto con gli altri partecipanti**

**STUDENTI**

Molto d'accordo=26%, **D'accordo=57%**,  
Indeciso =17%, Disaccordo=0%,  
Per niente d'accordo=0%

**TUTOR**

**Molto d'accordo=59%**, D'accordo=41%,  
Indeciso=0%, Disaccordo=0%,  
Per niente d'accordo=0%

**5. Il docente ha mostrato capacità di esporre in modo chiaro i temi**

**STUDENTI**

**Molto d'accordo=52%**, D'accordo=35%,  
Indeciso =13%, Disaccordo=0%,  
Per niente d'accordo=0%

**TUTOR**

**Molto d'accordo=82%**, D'accordo=18%,  
Indeciso=0%, Disaccordo=0%,  
Per niente d'accordo=0%

**6. Il docente ha mostrato capacità di stimolare l'attenzione dei partecipanti**

**STUDENTI**

Molto d'accordo=26%, **D'accordo=57%**,  
Indeciso =13%, Disaccordo=4%,  
Per niente d'accordo=0%

**TUTOR**

**Molto d'accordo=82%**, D'accordo=18%,  
Indeciso=0%, Disaccordo=0%,  
Per niente d'accordo=0%

**7. Gli argomenti trattati sono stati rilevanti rispetto alle mie necessità formative**

**STUDENTI**

Molto d'accordo=13%, **D'accordo=52%**,  
Indeciso =22%, Disaccordo=9%,  
Per niente d'accordo=4%

**TUTOR**

Molto d'accordo=40%, **D'accordo=55%**,  
Indeciso=5%, Disaccordo=0%,  
Per niente d'accordo=0%

**8. Gli argomenti trattati sono stati efficaci rispetto alle mie necessità formative**

**STUDENTI**

Molto d'accordo=9%, **D'accordo=57%**,  
Indeciso =22%, Disaccordo=9%,  
Per niente d'accordo=3%

**TUTOR**

Molto d'accordo=32%, **D'accordo=59%**,  
Indeciso=9%, Disaccordo=0%,  
Per niente d'accordo=0%

**9. Il programma educativo offerto in questo progetto è stato di qualità**

**STUDENTI**

Molto d'accordo=13%, **D'accordo=83%**,  
Indeciso =4%, Disaccordo=0%,  
Per niente d'accordo=0%

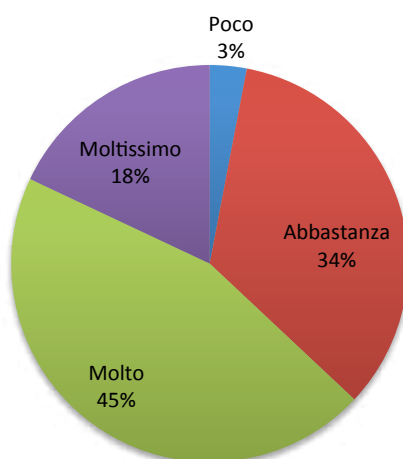
**TUTOR**

**Molto d'accordo=64%**, D'accordo=36%,  
Indeciso=0%, Disaccordo=0%,  
Per niente d'accordo=0%

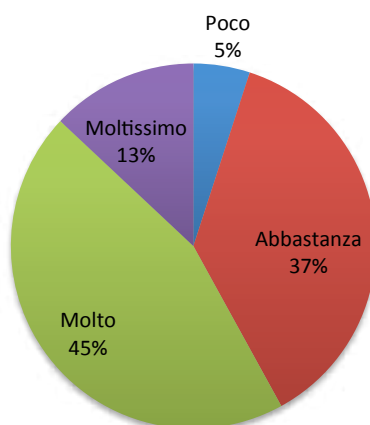
# LABORATORI PER LA CITTADINANZA

I laboratori di *Trasformare i Problemi in Progetti* hanno coinvolto la cittadinanza delle località di Azzano Decimo e Duino, e la facoltà di Pubbliche Relazioni dell'Università di Gorizia, ottenendo risvolti positivi. Alla fine degli interventi gratuiti e aperti alla cittadinanza, i partecipanti hanno espresso un parere sulla qualità degli interventi, tramite appositi questionari. Riportiamo a seguito i seguenti dati:

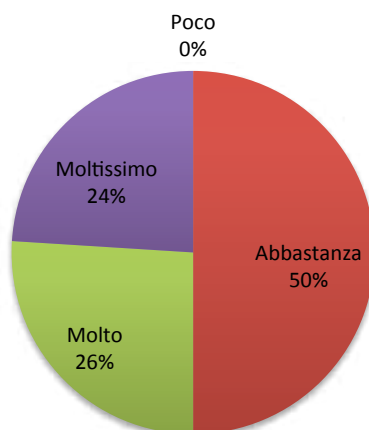
## 1. Il corso mi è stato utile



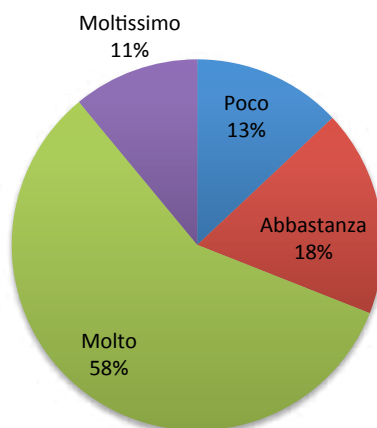
## 2. Il corso mi ha offerto strumenti per sviluppare le mie abilità personali



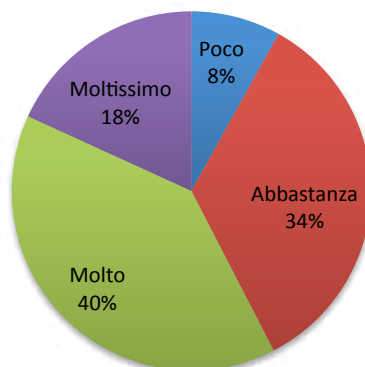
### 3. Gli esercizi sono stati utili per migliorare la comunicazione



### 4. Grazie al corso posso migliorare le mie relazioni con gli altri



### 5. Grazie al corso posso migliorare la collaborazione con gli altri



# UN MIO RISULTATO E UNA VALUTAZIONE DELL'ESPERIENZA

*Comunicare con tranquillità anche con persone che non conosco bene o con cui non ho confidenza.*

*L'esperienza mi ha illuminato su una mia modalità di prendere le decisioni.*

***I problemi non sono sempre insormontabili come si può pensare. Anzi, possono diventare uno stimolo per permettere la mia crescita personale.***

*È possibile capire gli altri anche senza bisogno di troppe parole.*

*Imparare a dare agli altri la stessa attenzione che vorrei.*

***Capacità di fissare un obiettivo, maggior motivazione.***

*Maggior ascolto, concentrazione.*

*Sono capace a mostrarmi per quello che sono senza provare imbarazzo.*

*La concezione di poter sfruttare un (presunto) problema a proprio vantaggio.*

***Ho conosciuto il mio potenziale, che è senza confini. Ho solo bisogno di lavorare, pensare e mettere in pratica, fare delle azioni.***

*Interessante e utile, mi sarebbe piaciuto approfondire!*

*Mi ha aiutato ad avere un confronto con altre persone.*

*Avere qualcuno che ascolta e si interessa a quello che dico è molto importante, soprattutto quando chi ascolta riesce a non giudicare.*

*Molto interessante mettersi in gioco in ambiti così personali, che solitamente non condividiamo con gli altri.*

*Molto soddisfacente ed impegnativa.*

*Utile per una crescita personale e relazionale.*

*Molto utile a livello di apertura verso il prossimo.*

*Ho capito che la meta deve sempre essere la mia vittoria.*

*Stimolante - mi ha dato degli spunti su cui rifletterò.*

*Mi ha fatto riflettere più a fondo su alcuni miei problemi.*

***Ho compreso di poter entrare in relazione con una persona anche in brevissimo tempo, ma in modo tutt'altro che superficiale.***

*Positiva. Irene è molto piacevole e chiara nell'esposizione.*

***Interessante, andrebbe approfondito con più giornate e ore a disposizione.***

*Simpatico, fa vedere le relazioni e la vita in sé con una lente diversa, così da approcciarla in modo più costruttivo.*

**Utile soprattutto per acquisire una migliore consapevolezza di sé.**

**Interessante capire come i problemi possono trasformarsi in soluzioni.**

**Coinvolgente!**

*Mi è piaciuta davvero l'esperienza. Ho compreso alcune cose a cui prima non avevo mai pensato.*

**Mi ha davvero aiutato a chiarirmi le idee e ora sarà più facile risolvere i miei problemi, pormi nuovi obiettivi e creare nuovi progetti.**

*È stata davvero gradevole e chiarificante.*

*Un modo utile per ordinare i miei pensieri e le priorità attraverso un ragionamento equilibrato, ascoltando gli altri.*

**L'esperienza è stata davvero profonda, sono molto fortunato ad essere qui oggi.**

**È tutta una questione di prospettive!**

**Ho conosciuto delle persone belle, che durante il corso sono diventate bellissime!**

**Ho imparato a superare le barriere, con la conoscenza e le abilità.**

**Il corso ha stimolato la voglia al cambiamento.**

*Bravo il relatore Simone, bene anche il materiale didattico.*

**La buona comunicazione migliora il mondo.**

*È un corso che aiuta a relazionarsi, mi piace!*

**Partite da voi, prendetevi la responsabilità, cogliete l'occasione!**

*Una piacevole esperienza di crescita personale.*

**Impegnandomi sui miei progetti posso riuscire.**

**Sento gratitudine, mi si apre un mondo nuovo, che non conoscevo, ma che sicuramente mi ha migliorato.**

**Coinvolgente: accende la motivazione, crea energia, risveglia la volontà.**

*Grazie! Crederò di più nelle mie abilità.*

**Questo metodo dovrebbe essere introdotto nelle scuole, a complemento di una singola materia, per cominciare. Mi viene in mente l'ora di educazione civica.**



# LEZIONI IN CLASSE

Gli interventi svoltisi nelle classi degli Istituti Superiori di Udine hanno prodotto comprensioni e riflessioni positive, affrontando una tematica rilevante a studenti in conclusione del loro percorso formativo. Il progetto ha permesso di svolgere due ore di formazione in ogni classe aderente al progetto e al termine dell'iniziativa, molti studenti hanno espresso apprezzamento rispetto ai temi di indagine e alla loro rilevanza odierna, sottolineando tuttavia la necessità di proporre temi di tale portata in laboratori di durata maggiore.

Molti studenti hanno manifestato interesse ad approfondire i temi, e portato una testimonianza delle loro comprensioni:



*Ho potuto migliorare e chiarire una relazione!*

*Ho incominciato a prendere atto del mio problema e ora sto cercando davvero di superarlo.*

*Sono riuscito a comunicare con i compagni, sviluppando capacità di comprensione, riflessione, ascolto, condivisione e analisi.*

***Un corso utilissimo per imparare ad analizzare i propri problemi ed agire nel modo più corretto, valutando le proprie scelte.***

*Ho compreso che la scelta dipende da me, non da altri.*

***In un clima di accoglienza, ho potuto riflettere su argomenti importanti. È stato un buon corso, che mi ha aiutato molto.***

*Corso molto utile, soprattutto grazie al fatto che abbiamo parlato fra di noi, il che, a mio avviso, aiuta molto.*

***Sono riuscito a individuare e risolvere alcuni problemi, analizzandone efficientemente la loro natura.***

*Ho imparato ad affrontare le difficoltà con atteggiamento diverso, più positivo.*

*È molto utile per imparare a raggiungere i propri obiettivi.*

*Mi ha aiutata a capire come comportarmi in certe situazioni e come riuscire a risolvere qualcosa che mi turba.*

*È stato utile per comprendere e prendere con più leggerezza una determinata difficoltà.*



*Questo corso mi ha aiutato a chiarire i miei obiettivi e le barriere che devo superare per raggiungere la meta.*

*Corso molto buono e veramente utile, fornisce ottimi spunti per la risoluzione dei problemi.*

*Mi è servito a capire che ciò che vedo come problema non è qualcosa di insolubile, e che posso, con maggiore interesse, risolvere i miei problemi.*

***Questo incontro ha suscitato in me maggiore interesse e voglia di impegnarmi per risolvere i problemi e migliorare la comunicazione con gli altri.***

***Per affrontare i problemi, devo puntare alla meta!***

***Ottimo! Dovrebbero incentivare più spesso lo svolgimento di questi corsi!***





## UN MESSAGGIO PER I MIEI COETANEI

### ***Ascoltate, guardate, pensate!***

*Siate voi artefici del vostro destino e non rimpiangete le decisioni che avete preso.*

*Non abbiate paura di affrontare i vostri problemi, perché nulla è impossibile.*

*Siate sciolti, guardate in faccia la realtà e con tutta tranquillità, fate le vostre scelte, e risolverete i vostri problemi.*

*Imparate a guardare la vita e le difficoltà con occhi diversi.*

*Ho ottenuto la capacità di conversare meglio con le persone.*

*È importante concentrarsi sulle scelte da prendere.*

***Ho compreso che la meta è più importante dell'ostacolo.***

*Ho trovato il corso molto interessante e coinvolgente.*

*Grazie al corso, ora sono in grado di riconoscere problemi che prima non consideravo tali.*

*Molto interessante ed utile, mi sono sentita molto vicina alle tematiche e proposte trattate.*

*Assolutamente positivo, interessante e coinvolgente.*

*Mi ha aiutato a migliorare la comunicazione con gli altri.*

*La capacità di scegliere in maniera più determinata.*

*Ogni barriera che incontriamo muovendoci per raggiungere la meta desiderata è composta da più parti, che devono essere analizzate per poter essere facilmente superate.*

*Ho potuto affrontare i problemi, mantenendo la calma.*

*Prendete in mano la vostra vita e affrontate i problemi con coscienza.*

*Non lasciatevi spaventare dalle conseguenze delle vostre scelte.*

# CONCLUSIONI

Trasformare i Problemi in progetti ha voluto portare percorsi di innovazione attraverso logiche di apprendimento basate sulla conoscenza di sé e sullo sviluppo delle abilità della persona.

I risultati ottenuti dai partecipanti e le condivisioni espresse durante lo svolgimento del progetto hanno suggerito un autentico desiderio di migliorare se stessi e il proprio contesto sociale. Il progetto ha permesso di investire sulle proprie capacità personali, riscuotendo successo e interesse da parte delle persone. È rilevante notare come molti dei partecipanti abbiano manifestato un particolare apprezzamento verso le iniziative in grado di sostenere obiettivi di crescita della persona e hanno richiesto un approfondimento della formazione. Questo dato invita a compiere una riflessione. Le esperienze di vita sono metabolizzate sotto diversi punti di vista e la qualità del vissuto è determinata da diversi fattori. Essere in possesso di cono-

scenze e abilità che permettono di migliorare la qualità di un'esperienza è un fattore decisivo: offre la percezione che possiamo originare il miglioramento e realizzarlo sul piano pratico.

Diventa dunque spontaneo abbandonare disagi, abitudini inadeguate e atteggiamenti non funzionali, lasciando posto alla creatività, all'entusiasmo e all'efficacia personale.

Offrire strumenti per sostenere la persona a 360° durante tutto l'arco della vita è una necessità contemporanea che richiede di essere posta in primo piano. Il Centro Studi Podresca ha abbracciato tale sfida, con il desiderio di ottenere un'effettiva innovazione sul piano umano.

Ringraziamo tutti coloro che hanno collaborato nella realizzazione di questa preziosa meta.





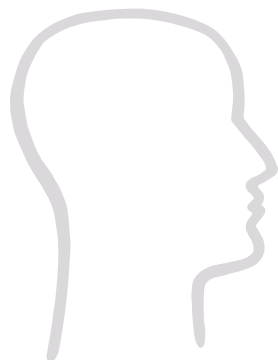
## UNA RICERCA INNOVATIVA

La ricerca applicata nei laboratori ideata dal Centro Studi Podresca si distingue per il valore innovativo e umanitario, per i risultati conseguiti e i riconoscimenti. L'inedito approccio basato sullo sviluppo delle abilità personali ha dimostrato un'alta efficacia e ha contribuito al miglioramento in numerosi ambiti, sul piano individuale e sociale.

La ricerca è stata apprezzata in convegni europei quale buona prassi e vanta il primato dell'aver introdotto lo studio delle abilità di relazione a scuola con il progetto **“Costruire Relazioni” realizzato con il contributo e il patrocinio della Regione Veneto.**

Per il suo valore innovativo la ricerca è stata illustrata all'Expert Group Meeting a Bruxelles (2012) ed ha portato contributi alla “Dichiarazione della Società Civile in occasione del XX Anniversario dell'Anno Internazionale della Famiglia” che è stata presentata alla **Commissione per lo Sviluppo Sociale delle Nazioni Unite (New York, 18 febbraio 2014).** La ricerca è presentata nei libri pubblicati dalla casa editrice Podresca Edizioni ([www.podrescaedizioni.it](http://www.podrescaedizioni.it)).





*I problemi non sono sempre  
insormontabili come si può pensare.  
Anzi, possono diventare  
uno stimolo per permettere  
la mia crescita personale.*

INNOVAZIONE NELLE ABILITÀ UMANE  
RICERCA & FORMAZIONE

CENTRO STUDI PODRESCA

BORGPODRESCA 1 - 33040 PREPOTTO, UD  
TEL/FAX 0432.713319 - INFO@PODRESCA.IT

[WWW.PODRESCA.IT](http://WWW.PODRESCA.IT)