

# Understanding My journey - Toolkit

Realizzato dal partneriato di progetto di Understanding My Journey con il coordinamento di REY Europe

## Di cosa si tratta?



Understanding My journey è un kit di strumenti per lo sviluppo delle soft skills attraverso otto moduli dedicati, finalizzati alla valutazione e al consolidamento di un gruppo di competenze dedicato. È uno strumento chiaro, intuitivo e semplice da usare, completo con test di autovalutazione, casi di studio e un metodo di lavoro. Le competenze affrontate spaziano da quelle relazionali a quelle organizzative, offrendo un insieme sintetico ma completo.

## A chi è dedicato?



Questo kit di strumenti è destinato ai giovani che si affacciano per la prima volta sul mercato del lavoro. Tuttavia, la sua semplicità d'uso, il linguaggio chiaro e l'attenzione a soft skills come atteggiamento positivo, gestione del tempo e delle energie e altre, lo rende uno strumento appropriato per la valutazione delle competenze dei caregiver familiari che si reinseriscono nel mondo del lavoro.

## Caratteristiche



Il toolkit si concentra su otto specifiche soft skills, ovvero: Atteggiamento positivo, Comunicazione, Adattabilità, Gestione del tempo e delle energie, Etica del lavoro, Problem Solving e Pensiero analitico, Lavoro di squadra, Leadership. Presenta un'introduzione generale che spiega i metodi di valutazione e di valorizzazione, con un test di ingresso preliminare per ciascuna competenza. Ogni sezione presenta una panoramica dei risultati di apprendimento, una tabella di monitoraggio dei progressi, una verifica preliminare e finale delle competenze e proposte di esercizi.

### Dove trovo il toolkit?

Lo strumento è disponibile come documento ad accesso libero da stampare e usare. È possibile accedervi tramite il seguente link:

[https://www.ifo.it/wp-content/uploads/2019/12/UMJ\\_TOOLKIT\\_IT\\_FINAL.pdf](https://www.ifo.it/wp-content/uploads/2019/12/UMJ_TOOLKIT_IT_FINAL.pdf)

### Lingue disponibili:

Inglese, portoghese, italiano, greco, croato, polacco

### Altre informazioni:

Ulteriori informazioni sul toolkit sono disponibili sul sito web Understanding My Journey all'indirizzo [www.understandingmyjourney.eu](http://www.understandingmyjourney.eu).