



STEP 3 – MODELLO PIANO DI AZIONE

Partendo dalle riflessioni che hai fatto negli step precedenti, prova ora a definire quali azioni puoi mettere in campo per diventare più efficace, responsabile e capace di gestire le relazioni nei gruppi.

Metti a fuoco in particolare le criticità che hai individuato nel tuo stare nel gruppo e prova a identificare alcune strategie concrete di azione, specificando quando e come intendi metterle in atto (ad es. "La userò nel prossimo incontro del gruppo per...") e quali segnali di monitoraggio userai per verificare se le stai effettivamente applicando (ad es. "interverrò almeno due volte in ogni incontro", "cercherò di portare delle proposte quando un compito non è fatto", ecc.).

Per identificare le strategie, puoi partire da questo elenco esemplificativo:

- Prepararmi prima di ogni incontro (per ridurre ansia o dipendenza dal gruppo)
- Parlare in modo assertivo (per evitare conflitti relazionali)
- Fare domande e riformulare (per migliorare la cooperazione cognitiva)
- Ruotare i ruoli del gruppo (per evitare squilibri)
- Definire un patto di lavoro più chiaro
- Chiedere feedback alle compagne/ ai compagni o alla coordinatrice/al coordinatore
- Impostare obiettivi condivisi e realistici
- Prendere appunti condivisi per aumentare l'interdipendenza positiva

CRITICITÀ	STRATEGIA	QUANDO APPLICARE STRATEGIA	COME APPLICARE STRATEGIA	SEGNALE DI MONITORAGGIO STRATEGIA
Altre osservazioni:				