

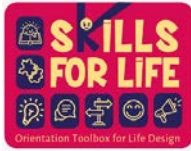
Le competenze di Life Design

Le *life design skills*, in inglese letteralmente “competenze di progettazione della propria vita”, sono una combinazione di conoscenze, abilità e competenze che permettono a una persona di prendere decisioni informate, di navigare attraverso il percorso di istruzione ed educazione, il lavoro e la vita, di gestire transizioni ripetute e continui cambiamenti.

Fornire competenze di orientamento e di progettazione della vita ai giovani significa metterli in grado di crescere la loro autoconsapevolezza, di capire e acquisire le competenze di cui hanno bisogno per essere resilienti e di adottare un atteggiamento di apprendimento permanente.

Come risultato, i giovani acquisiscono le seguenti competenze:

- **Consapevolezza di sé:** una migliore comprensione di se stessi, dei propri interessi, dei propri punti di forza, ecc.
- **Auto-imprenditorialità / Spirito di iniziativa:** la motivazione ad intraprendere il proprio percorso e ad essere consapevoli della propria responsabilità in questa impresa
- **Fiducia in se stessi:** la fiducia in se stessi per essere in grado di raggiungere l'obiettivo prefissato e continuare a lavorare verso di esso con una prospettiva consapevole e a lungo termine
- **Consapevolezza dei percorsi di istruzione e carriera:** sviluppare una comprensione dei percorsi educativi, delle idee sulle opportunità professionali e dei requisiti futuri del mercato del lavoro, che incorpora un atteggiamento di apprendimento permanente
- **Consapevolezza sociale:** una comprensione di se stessi come parte di un gruppo e dell'importanza di ricevere e dare feedback
- **Resilienza:** la capacità di affrontare il cambiamento continuo, le nuove sfide e le transizioni future
- **Flessibilità:** il riconoscimento che i percorsi potrebbero non essere lineari, ma hanno bisogno di adattarsi a realtà mutevoli, e l'identificazione di nuove opportunità come parte di un atteggiamento di apprendimento permanente



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



L'acquisizione di solide competenze di progettazione della vita ha un impatto positivo sulla motivazione all'apprendimento dei giovani. Studiano in modo più mirato con una prospettiva e in una direzione di loro scelta.

Quando i giovani lavorano sul potenziamento delle loro soft skills, è possibile ottenere un vero miglioramento nei loro processi di apprendimento: ne risulta una migliore e più profonda comprensione delle loro capacità, delle loro competenze, e dei vari contesti in cui potrebbero usarle.

Queste competenze sono anche essenziali quando si tratta di passare dall'istruzione al mondo del lavoro con determinazione e spinta. Caratteristiche come la resilienza, l'adattabilità e un'attitudine all'apprendimento permanente avranno anche un impatto positivo sui giovani durante la loro vita (professionale) segnata da continui cambiamenti.