CATCHERS 2026-27 · PER TUTTI I PARTECIPANTI

La tua autovalutazione: le soft skills

Dopo il laboratorio del 23 novembre · «The Well-Being Detectives» con Simona Marzoli (IED)

CHE COSA SONO LE SOFT SKILLS

Il 9 novembre Damiano Bordogna (Eduproject) ci ha parlato delle **soft skills**, le competenze trasversali: lavorare con chi non hai scelto, ascoltare, comunicare, non accontentarsi della prima risposta. Ci ha mostrato l'iceberg: sopra l'acqua si vedono i voti e le conoscenze, sotto c'è quello che spesso conta di più, cioè il modo in cui stai con gli altri e affronti le difficoltà.

Il 23 novembre avete lavorato per la prima volta in squadra, con ragazzi di scuole ed età diverse. È il momento giusto per guardare come è andata **per te**.

COME SI COMPILA

- **Riguarda te, non la squadra e non il laboratorio.** Per il giudizio sul laboratorio c'è il documento di feedback.
- **Sii onesto con te stesso.** Non c'è una risposta giusta, non c'è un voto e nessuno ti giudicherà per quello che scrivi. Un'autovalutazione serve solo se è vera.
- **Pensa a momenti precisi** del 23 novembre: che cosa hai fatto, detto, evitato.
- **Potrai rifarla alla fine del percorso:** confrontando le due versioni vedrai che cosa è cambiato.

Nome e cognome	
Squadra (numero e nome)	

1. COME TI VALUTI

Segna una casella per ogni riga (1 = per niente, 5 = del tutto). Pensa a come ti sei comportato il 23 novembre.

Il 23 novembre…	1 · per niente	2	3	4	5 · del tutto
Ascolto. Ho ascoltato gli altri fino in fondo, senza interrompere	☐	☐	☐	☐	☐
Comunicazione. Ho espresso le mie idee in modo chiaro	☐	☐	☐	☐	☐
Partecipazione. Ho contribuito attivamente, senza lasciar fare agli altri	☐	☐	☐	☐	☐
Collaborazione. Ho costruito sulle idee degli altri, non solo sulle mie	☐	☐	☐	☐	☐
Lavorare con chi non ho scelto. Mi sono trovato bene con ragazzi che non conoscevo	☐	☐	☐	☐	☐
Gestire il disaccordo. Quando non ero d'accordo l'ho detto con rispetto	☐	☐	☐	☐	☐
Pensiero critico. Ho distinto quello che avevamo osservato da quello che supponevamo	☐	☐	☐	☐	☐
Flessibilità. Ho cambiato idea quando un argomento era migliore del mio	☐	☐	☐	☐	☐
Rispetto dei tempi. Ho aiutato la squadra a stare nei tempi delle consegne	☐	☐	☐	☐	☐
Parlare in pubblico. Mi sono sentito a mio agio a parlare davanti agli altri	☐	☐	☐	☐	☐

2. LE DOMANDE APERTE

1. Come ti sei trovato nel gruppo?

Ti sei sentito a tuo agio? Con chi ti è venuto facile lavorare, con chi meno, e perché?

2. Le difficoltà che hai percepito

Con le persone (capirsi, decidere, stare nei tempi), con il compito (consegne, materiali) o con te stesso (timidezza, impazienza, distrazione). Quali, e in quale momento?

3. Come ritieni di aver partecipato

Che ruolo hai preso, anche senza deciderlo: chi propone, chi scrive, chi ascolta, chi mette d'accordo, chi tiene i tempi, chi resta in disparte? Ti riconosci in quel ruolo?

4. Il momento in cui hai dato il meglio

Che cosa stavi facendo e perché, secondo te, ha funzionato?

5. Il momento in cui avresti potuto fare di più

Che cosa ti ha frenato?

6. Una competenza da migliorare

Scegli una delle soft skills della tabella e scrivi un gesto concreto che farai nella riunione online o l'11 dicembre per migliorarla (per esempio: «parlerò per primo almeno una volta», «chiederò a chi parla poco che cosa ne pensa»).

Come si invia. Compila questo documento al computer, salvalo in PDF con il nome «Autovalutazione_Cognome_Nome» e mandalo **entro venerdì 4 dicembre** a **info@catchersaltomilanese.it**. Ognuno manda il proprio.