

# BECOMING

Pacchetto di servizi di orientamento e sviluppo professionale per i lavoratori, compresa la guida per gli operatori

ATTIVITA' PRATICA N. 2

**DESCRIVERE SÉ STESSI CON UN AGGETTIVO**

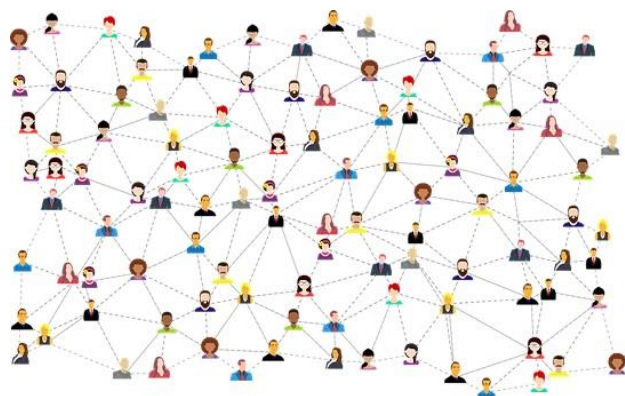


Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

# Obiettivi e tempo

- ▶ Stimolare la capacità di descrivere sé stessi.

- ▶ Tempo: 30 minuti circa



# Descrivere me stesso

Rifletti sui tuoi tratti caratteriali. Sii sincero nel farlo: nessuno ti giudicherà 😊



# Come fare: gli aggettivi

- a) Leggi attentamente la lista di aggettivi e sottolinea / evidenzia quelli (sia positivi che negativi) che ti rappresentano.
- b) Ora riporta:
  - i. Nell'*elenco bianco* gli aggettivi scelti che descrivono i tuoi punti di forza
  - ii. Nell'*elenco nero* gli aggettivi scelti che descrivono i tuoi punti di debolezza
- c) Adesso rifletti su tali aggettivi in un incontro informale con alcuni dei tuoi colleghi. Potrei anche menzionare alcune attività giornaliere o momenti particolari della tua vita correlati agli aggettivi selezionati.

# Come fare: scegliere gli aggettivi che si sposano con il tuo carattere

efficiente	indeciso	calmo
prudente	costante	saggio
indipendente	ottimista	ansioso
rigido	divertente	stacanovista
flessibile	determinato	moody
responsabile	fragile	tollerante
serio	introspettivo	sincero
vulnerabile	acuto	creativo
pratico	incostante	ambizioso
distratto	lento	timido
innovativo	capace di lavorare in gruppo	capace di negoziare
organizzato		riservato
perfezionista		disponibile
pessimista		

# Come fare: lista bianca e lista nera

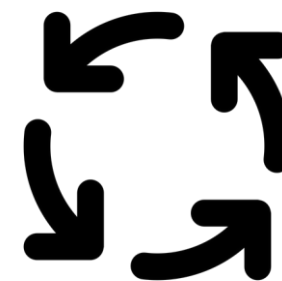
Lista bianca I MIEI PUNTI FORTI	Lista nera I MIEI PUNTI DEBOLI

# Come fare: testiamolo

*Scrivi le tue riflessioni*

*Ora potresti menzionare alcune passioni?*

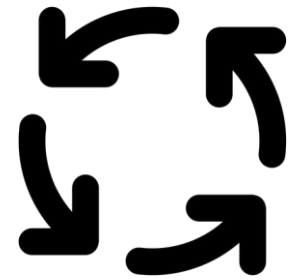
*E alcuni argomenti d'interesse?*



# How to do it

► *Last effort: Read the list below and pick up 3 elements of your personality*

AMBIZIOSO	TEMERARIO	LEALE	RAZIONALE	LOQUACE
ACCOMODANTE	CREATIVO	DIVERTENTE	RISERVATO	SVEGLIO
CONVINCENTE	ESUBERANTE	SAGACE	SAGGIO	PREMUROSO
ALTRUISTA	ENTUSIASTA	FORTE	EFFICIENTE	AFFIDABILE
SINCERO	CORAGGIOSO	ONESTO	APPASSIONATO	INTELLIGENTE
CORTESE	ENERGICO	PROATTIVO	DINAMICO	AMICHEVOLE



Hai appena completato  
questa unità didattica.

*Congratulazioni!*



# BE.CO.M.IN.G

Being in Continuous  
Innovation and Growing

[www.becomingproject.eu](http://www.becomingproject.eu)

Seguici sui social media:



Erasmus+ Programme – Strategic Partnership  
Project n.: 2020-1-DE02-KA202-007507  
Project title: BE.CO.M.IN.G | Being in  
Continuous Innovation and Growing

## Il partenariato del progetto

**RegioVision**  
GmbH Schwerin



**C4F**

ilmiofuturo



Il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile dell'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute.

