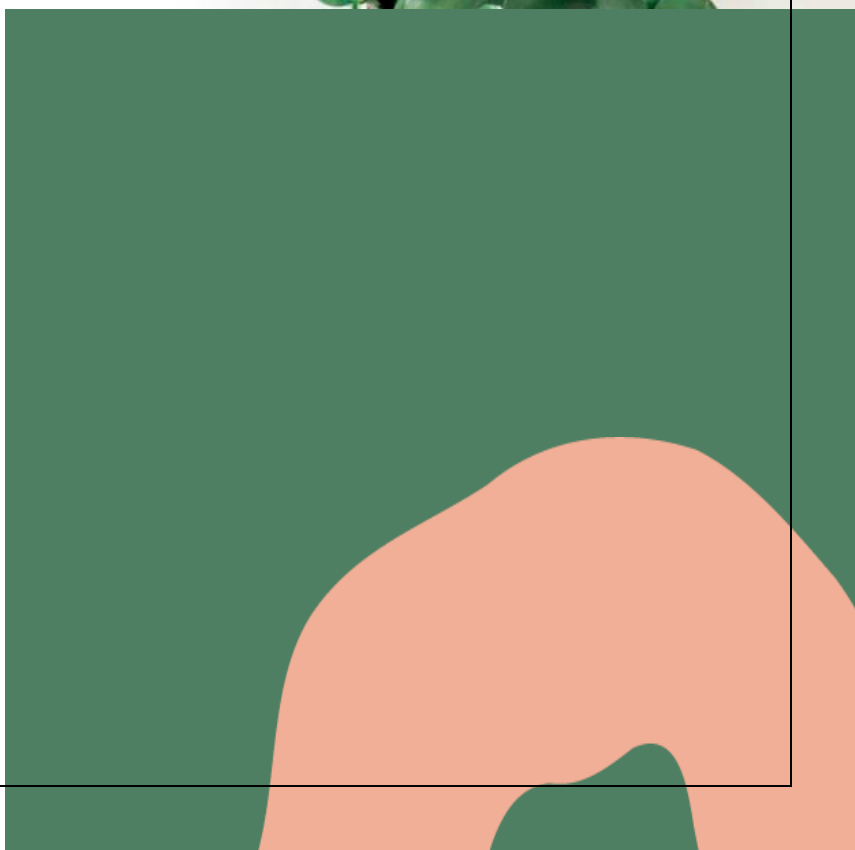
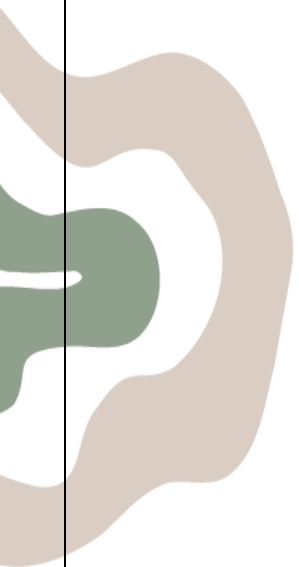


Modulo 1

OSSERVARE

well
home



Modulo 1: OSSERVARE

Perché questa attività è importante e in che modo ti aiuta quando ristrutturati luoghi reali.

Perché svolgiamo questa attività

Prima di riorganizzare una stanza o di aiutare qualcuno a migliorare la propria casa, dobbiamo capire cosa fa sentire le persone bene, al sicuro, a proprio agio o stressate.

Tenete presente che ognuno è diverso: alcune persone si rilassano nei luoghi tranquilli, altre hanno bisogno di colori vivaci, alcune detestano il disordine, altre si sentono a disagio se ci sono troppe persone intorno, ecc.

Quando vogliamo migliorare uno spazio per qualcuno, dobbiamo prima di tutto ascoltare e capire chi è quella persona.

Ecco perché iniziamo con l'attività OBSERVE. Ti aiuta a imparare:

- prestare attenzione alle emozioni;
- notare ciò che piace loro e ciò che non piace;
- capire cosa li fa sentire “a casa”;
- ascoltare gli altri con gentilezza;
- porre domande senza giudicare;
- progettare con empatia.

In cosa consiste l'attività OBSERVE

L'attività OBSERVE si svolge mediante l'uso di un piccolo quaderno su cui puoi scrivere, disegnare, usare i colori, creare collage, incollare immagini o adesivi, ecc.

Non ci sono risposte giuste o sbagliate. Esprimiti nel modo che ti risulta più naturale.

L'attività ti aiuta a mettere in pratica ciò che farai in seguito con altre persone quando ristrutturerai i loro spazi.

Perché dovresti farlo prima di tutto per te stesso

Prima di chiedere agli altri informazioni sulla loro casa e sulle loro esigenze, è

importante comprendere i propri sentimenti.

Quando esplori ciò che ti fa sentire al sicuro, quali colori ti tranquillizzano, quali luoghi ti fanno sentire a tuo agio, quali suoni ti danno fastidio, ecc., puoi capire meglio come potrebbero sentirsi gli altri nelle loro case.

Questo è il primo passo per diventare un designer che lavora con cura e rispetto.

In che modo questa attività ti aiuta nella vita di tutti i giorni

Nel corso della formazione, visiterete luoghi reali in cui le persone vivono. Se volete migliorare questi spazi, dovete comprendere i sentimenti, le esigenze e le abitudini delle persone che vi abitano.

Puoi scoprirlo:

- porre domande delicate;
- ascoltare con attenzione;
- prestare attenzione alle loro emozioni;
- notare ciò che evitano o ciò che li fa sorridere.

Lo strumento OBSERVE ti aiuta ad apprendere queste competenze.

Esempio: devi realizzare un intervento di design in una casa condivisa da tre persone. Immagina che ti venga chiesto di migliorare il loro soggiorno. Cosa vorresti fare come prima cosa?

Prima di pensare ai colori, ai mobili o alle decorazioni, dovresti iniziare a conoscere le persone che vivono lì. Potresti sederti con loro, porre domande semplici e ascoltare cosa gli piace o cosa li infastidisce. Forse una persona ha bisogno di un angolo tranquillo, un'altra ama la luce naturale e un'altra ancora si sente a disagio con troppi oggetti.

Osservando e ascoltando in questo modo – proprio come hai fatto con lo strumento OBSERVE – puoi capire cosa li fa sentire al sicuro, tranquilli e “a casa”. Questo ti aiuta a creare uno spazio che si adatti davvero alle loro vite, non solo uno spazio che “sembra carino”.

Più ti eserciti adesso in queste tecniche di ascolto e osservazione, più sarai in grado in futuro di aiutare le persone a sentirsi a proprio agio nei loro spazi.

Qual è la competenza più importante che si acquisisce qui?

EMPATIA

Empatia significa:

- Capire come si sentono le altre persone nei loro spazi;
- Prestare attenzione alle loro emozioni, alle loro preferenze, alle cose che non gradiscono e alle loro abitudini;
- Essere attenti e rispettosi nel modo in cui si nota ciò che è importante per loro.

Questa competenza ti aiuterà a:

- Comprendere come le persone vivono uno spazio;
- Notare cosa le fa sentire al sicuro e a proprio agio;
- Pensare a soluzioni progettuali che rispondano davvero alle loro esigenze.

Il design non riguarda solo i mobili: riguarda le persone.

Cosa farai in questa attività

Utilizzando lo strumento OBSERVE, risponderai a semplici domande sui tuoi gusti e sui tuoi valori. Lo farai scrivendo, disegnando o realizzando un collage.

Alla fine, condividerai con il gruppo ciò che desideri (solo se ti senti a tuo agio).

Questo non è un test. È un modo per conoscere meglio te stesso, in modo da poter comprendere meglio gli altri in futuro.

VALUTAZIONE

1. Qual è lo scopo principale dello strumento OBSERVE?

- a) Mettere alla prova le proprie conoscenze
- b) Riflettere sui propri sentimenti, abitudini ed esigenze in un ambiente abitativo.
- c) Scegliere i colori per l'arredamento.

2. Quando utilizzi lo strumento OBSERVE, dovresti...

- a) Rispondere il più velocemente possibile
- b) Pensare a come gli altri vorrebbero che tu rispondessi
- c) Prenderti il tempo necessario per riflettere su ciò che provi e di cui hai davvero bisogno

3. Cosa ti aiuta a mettere in pratica questa attività?

- a) L'ascolto attivo e l'empatia
- b) Le capacità di scrittura
- c) La velocità di lettura

4. Perché lo strumento OBSERVE è importante prima di ristrutturare uno spazio?

- a) Perché rende la stanza più bella
- b) Perché aiuta a capire le persone che vivono in quello spazio
- c) Perché aiuta a comprare i mobili

5. Durante l'attività, puoi esprimerti...

- a) Solo scrivendo del testo
- b) Scrivendo, disegnando, usando simboli o colori
- c) Con i mezzi che preferisci, ma senza mescolarli

6. Se una domanda è difficile, cosa dovresti fare?

- a) Saltarla o rispondere a modo tuo
- b) Abbandonare l'attività
- c) Chiedere a qualcun altro di rispondere per te

7. Quando visiterai uno spazio reale più avanti nel corso, lo strumento OBSERVE ti aiuterà a...

- a) Giudicare le persone che vivono lì
- b) Comprendere i bisogni e i sentimenti delle persone che vivono lì
- c) Acquistare decorazioni

well home

Programma speciale di formazione professionale sul design d'interni orientato al benessere, volto a consentire alle persone a rischio di esclusione sociale di creare ambienti domestici rigeneranti per i residenti di alloggi popolari.

Progetto n.: 2024-1-ES01-KA220-VET-000244544

Partner del progetto

FUNDACIÓN

intras

fornix

mem

mind
emotion
movement

 **SIVA**



**Co-funded by
the European Union**

Finanziato dall'Unione Europea. Le opinioni e i punti di vista espressi sono tuttavia esclusivamente quelli degli autori e non riflettono necessariamente quelli dell'Unione europea o dell'Agenzia esecutiva per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione europea né l'EACEA possono essere ritenute responsabili al riguardo.