

# FORMAZIONE ESPERIENZIALE

## Dossier di presentazione



**Risorsa Uomo S.r.l.**  
via Melzi d'Eril 26 - 20154 Milano  
Tel. 02 3452661 - Fax 02 3452662  
[www.risorsauomo.it](http://www.risorsauomo.it) - [info@risorsauomo.it](mailto:info@risorsauomo.it)

# Indice

1. [Cos'è](#) pag. 3
2. [Team Building](#) pag. 4
3. [Vantaggi](#) pag. 5
4. [Il ciclo di apprendimento nella Formazione Esperienziale](#) pag. 6
5. [Esercizi di Formazione Esperienziale](#) pag. 8
  - [Barca a vela](#) pag. 9
  - [Car Race](#) pag.10
  - [Boat / Bob Race](#) pag.12
  - [Cooking](#) pag.13
  - [Attività teatrale](#) pag.15
  - [Go Kart](#) pag.16
  - [Guida sicura](#) pag.18
  - [Esercizi classici](#) pag.20
6. [Case histories](#) pag.24
7. [Referenze](#) pag.27

# Cos'è

La Formazione esperienziale rappresenta uno strumento formativo stimolante e totalmente coinvolgente, che porta i partecipanti ad apprendere in modo diretto e immediato e a fare affidamento su tutte le proprie risorse per raggiungere obiettivi individuali e comuni, accelerando il normale processo di apprendimento.

La Formazione esperienziale impegna la persona nella sua interezza: mente, corpo ed emozioni. Dimostra come, grazie ad un corretto lavoro di gruppo, gli ostacoli insormontabili possono essere superati. L'efficacia del corso è misurata da come i partecipanti memorizzano ciò che apprendono e da come applicano quanto appreso nelle loro attività quotidiane.

Le sfide di Formazione esperienziale stimolano l'orientamento alla risoluzione dei problemi, piuttosto che seguire un approccio tradizionale con l'esperto che dice come fare. La Formazione esperienziale è basata sulla premessa che si apprende più nel fare che nel seguire una lezione o nel leggere un libro.

Attraverso il processo di analisi e di riflessione, successivo all'esperienza, si indica ciò che sarà applicabile nell'attività lavorativa. L'analisi della risoluzione del problema dà le linee generali su come affrontare al meglio le attività quotidiane.

Obiettivi:

- lavorare meglio insieme;
- cambiare comportamenti negativi, imparando a vedere pro e contro;
- focalizzarsi sugli obiettivi.

# Team Building

La Formazione esperienziale utilizzata per sviluppare il team permette, attraverso un forte coinvolgimento delle persone, un miglioramento della capacità di lavorare con gli altri, di collaborare, di produrre e ricevere energia dal gruppo.

Il vivere in prima persona con i propri colleghi una prova pratica, un'esperienza concreta (non di forza fisica, ma di collaborazione con il gruppo) permette di liberare pienamente le energie positive del singolo, contribuendo in modo diretto al rafforzamento dello spirito di gruppo e di appartenenza. I contenuti dell'apprendimento vengono così ancorati ad un'esperienza emotivamente appagante ed evocativa.

I partecipanti sono messi di fronte a difficoltà e a situazioni reali complesse, dove il rischio è emotivo, non reale, non essendo situazioni estreme in sé stesse.

Ciò che è importante, infatti, non è il reale livello di difficoltà da affrontare, quanto il pieno coinvolgimento emotivo dei partecipanti che devono mettere in gioco tutte le proprie energie e le proprie potenzialità personali.

Proprio attraverso la generalizzazione dell'esperienza, i partecipanti imparano quei comportamenti che li guideranno all'interno del loro contesto di appartenenza.

# Vantaggi

La Formazione esperienziale è tra i più efficaci metodi di apprendimento poiché:

“Se sento, dimentico; se vedo, ricordo; se faccio, comprendo” (Confucio)

- ✓ I partecipanti sono protagonisti in prima persona e il modello di formazione inedito suscita la loro adesione;
- ✓ I messaggi e gli apporti dell'animatore vengono valorizzati in quanto sono visti come un completamento indiscutibile del lavoro già svolto dai gruppi;
- ✓ La caratteristica di 'evento' che assume la riunione e l'atmosfera di gioco fanno vivere ai partecipanti dei momenti forti che creano coesione, incitano all'azione e permettono di ricordare nel tempo i concetti affrontati;
- ✓ Permette di rafforzare la memorizzazione e favorisce lo scambio di esperienze e lo spirito di gruppo tra i partecipanti;
- ✓ E' particolarmente adatto alla formazione di grandi gruppi (da 20 a 90 persone).

# Il ciclo di apprendimento nella Formazione Esperienziale



# Il ciclo di apprendimento nella Formazione Esperienziale

Il modello di apprendimento cui facciamo riferimento è quello basato sull'esperienza.

Apprendimento cioè non basato solo sui momenti di descrizione dei concetti in aula, ma che parte da esperienze pratiche, coinvolgenti a livello emotivo e cognitivo, seguite da una riflessione sulle azioni svolte (debriefing), per giungere a punti di apprendimento (learning point) utilizzabili in ambito lavorativo.

- ✓ **Le esperienze pratiche:** le attività svolte sono delle metafore di reali situazioni lavorative, nelle quali bisogna gestire risorse limitate, scadenze pressanti, personalità diverse, motivazioni di segno e livello differenti.
- ✓ **I debriefing:** ogni esperienza è seguita da una sessione di analisi facilitata dal trainer. I partecipanti sono spinti a riconoscere i fattori critici di successo di un gruppo, sia a livello operativo che a livello emozionale.
- ✓ **I punti di apprendimento:** ogni debriefing si conclude con la sintesi di alcuni punti di apprendimento, da applicare nel progetto successivo ed in ambito lavorativo.

# Esercizi di Formazione Esperienziale

- ✓ Non esistono modalità predefinite di fare Formazione esperienziale. Le modalità sono da progettare su misura, così da adattarsi alle specifiche esigenze dell'azienda. La definizione precisa della tipologia e della sequenza degli esercizi sarà dunque possibile solo al termine della fase di analisi e micro-progettazione dell'intervento.
- ✓ Non bisogna inoltre dimenticare che ogni esercizio è supportato da una consolidata metodologia ed esperienza, che permette la concettualizzazione / debriefing e quindi il trasferimento della prova pratica superata alla propria realtà lavorativa.

# Barca a vela

## Attività

Rispetto alle altre esperienze di Formazione esperienziale, l'esperienza in barca a vela permette di vivere un momento di interrelazione personale ancora più forte, non solo lavorando, ma anche vivendo insieme ai propri colleghi nella pratica e uscendo completamente dai propri ruoli lavorativi.

Da questa esperienza il gruppo ne esce rafforzato e coeso, in quanto ha imparato a conoscere e rispettare le persone che stanno dietro ai ruoli.

Tutto ciò consente di trasferire velocemente l'esperienza in azienda.

## Programma

I partecipanti vengono suddivisi in squadre. Viene organizzata una regata a cui prendono parte le imbarcazioni.



*"...se vuoi costruire una barca,  
non chiedere ai tuoi uomini  
di raccogliere la legna,  
ma fai sentir loro  
la nostalgia del mare..."*

# Car Race

## Attività

I partecipanti, suddivisi in gruppi, dovranno affrontare una sfida: pensare e progettare un'automobile interamente di cartone, sulla quale, una volta realizzata, affrontare una competizione con le altre squadre. L'attività comincerà con un importante momento di confronto, in cui ogni equipaggio dovrà creare la propria identità, il proprio vessillo, la propria carta valoriale.

L'attività si strutturerà in tre fasi: la progettazione; la realizzazione; la gara.

Vincerà la squadra che, utilizzando il budget a disposizione, riuscirà a progettare il mezzo migliore e più creativo, a realizzarlo e a vincere la competizione. Per ognuna di queste attività verranno assegnati punteggi diversi che, insieme, concorreranno al punteggio finale.

L'attività permette di lavorare sul team building e sull'integrazione; sulla negoziazione, considerato che i partecipanti possono negoziare risorse con le altre squadre; sull'organizzazione e pianificazione del lavoro; sulla gestione del tempo e delle risorse nell'utilizzare il budget a disposizione; sulla presentazione commerciale, considerato che le squadre dovranno presentare i loro mezzi prima della competizione.

# Car Race

## Programma

### *Fase 1*

#### *La Progettazione*

Con le informazioni a disposizione, le squadre affrontano la progettazione dei loro mezzi, la pianificazione dei materiali necessari alla realizzazione degli stessi e la destinazione del budget per l'acquisto dei materiali.



### *Fase 2*

#### *La Realizzazione*

Carta, cellophane, nastro, cartone e nylon saranno i materiali a disposizione per costruire il progetto del team.



### *Fase 3*

#### *La Gara*

Una volta omologate le automobili, si raggiungerà il percorso ad ostacoli, appositamente preparato per la competizione finale.

La squadra vincitrice sarà quella che, oltre a raggiungere per prima il traguardo, avrà portato a destinazione tutti gli oggetti contenuti nel bagagliaio della propria automobile.



## Boat / Bob Race

L'attività di Car Race sopra descritta si può realizzare anche:



**SULL'ACQUA**  
con la costruzione di imbarcazioni



**SULLA NEVE**  
con la costruzione di un bob

# Cooking

## Attività

Questa metodologia utilizza le attività in cucina come mezzo per lavorare in gruppo sulla creatività, sul problem solving, sul coaching e sulla leadership.

Anche in questo caso, il cucinare diventa la metafora della propria attività, che può essere svolta per alimentarsi oppure per stupire, coinvolgendo i sensi e raggiungendo obiettivi ambiziosi.

Il risultato è particolarmente motivante e piacevole, visto che i partecipanti mangiano quello che producono e una giuria vota i piatti migliori, che verranno poi premiati.

Ciò permette ai partecipanti di fare cose che all'inizio non avrebbero mai pensato di essere in grado di fare, così da raggiungere gli obiettivi prefissati.



# Cooking

## Programma

I partecipanti, suddivisi in squadre, hanno la possibilità di realizzare il pranzo con 2 possibili piatti. Gli ingredienti e le attrezzature necessari per la realizzazione vengono suddivisi tra i gruppi. Le squadre possono però negoziare e barattare ingredienti e attrezzature con gli altri gruppi e con lo chef.

Si dovranno quindi stabilire i piatti, suddividere i ruoli, costruire le ricette e reperire, anche attraverso i baratti, gli ingredienti e le attrezzature necessari, per poi passare alla fase realizzativa vera e propria e, alla fine, presentare il piatto in una logica commerciale.

I partecipanti potranno avvalersi di un jolly che permetterà loro, per una sola volta, di chiedere un consiglio allo chef. Anche questo jolly potrà divenire oggetto di baratto con gli altri gruppi.

Verrà premiata la realizzazione più buona, più innovativa e con una migliore presentazione.



# Attività teatrale

## Attività

I partecipanti, suddivisi in squadre, dovranno mettere in scena una rappresentazione teatrale su un determinato tema, magari attinente all'azienda e/o al loro lavoro, scelto in un elenco di temi proposti dai trainer.

In alternativa, i partecipanti possono realizzare degli spot pubblicitari, poi proiettati e giudicati, al fine di premiare il migliore.

I vantaggi sono molteplici: interscambio di esperienze; coinvolgimento; maggiore integrazione tra i diversi partecipanti.

Il partecipante si sente parte attiva del processo di comunicazione e si forma al lavoro di gruppo, alla negoziazione e al problem solving in modo diverso e molto pratico.



## Programma

Il processo si suddivide nelle seguenti fasi:

*Fase 1:* Scelta del soggetto da mettere in scena, suddivisione dei ruoli (tutti dovranno fare qualcosa) e scrittura dei testi

*Fase 2:* Realizzazione prove e progettazione scenografie e musiche

*Fase 3:* Rappresentazione

# Go Kart

## Attività

Prevede una competizione suddivisa per team, con 2/3 piloti ed un team manager che gestisce tutte le fasi della competizione, massimizzando le leve di team building tipiche di questa tipologia di attività.

## Programma

L'attività si svolgerà durante l'arco di una giornata, con briefing tecnico, prove libere, prove ufficiali e gara della durata di 2/3 ore. Si concluderà con il debriefing motivazionale.

Le premiazioni saranno individuali (autore del miglior giro in prova ed in gara, premio fair play per il pilota più corretto, ecc.) e/o ad equipaggio in base alla classifica finale.



# Go Kart

L'attività inizierà con un briefing dei piloti incentrato sulla sicurezza e sulle tecniche di guida sportiva su pista.

Dopo il brief, i piloti effettueranno una dimostrazione sul circuito, per cedere poi il posto agli ospiti, ai quali verrà consegnato il materiale tecnico (tute, caschi e guanti) necessario per partecipare alla competizione.

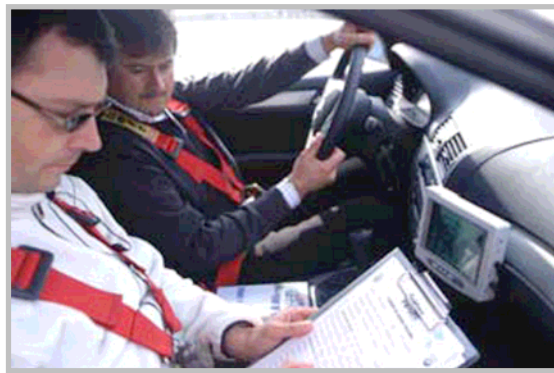
Le attività in circuito saranno suddivise in prove libere, prove cronometrate per definire la griglia di partenza e gara finale.



# Guida sicura

## Attività

La guida sportiva è innanzitutto equilibrio: equilibrio dell'auto in sbandata ed equilibrio del guidatore sottoposto a forti situazioni di stress. Il controllo dell'auto durante una sbandata è un'esperienza che rafforza la fiducia in se stessi e nelle proprie capacità. Attraverso un percorso didattico che metta alla prova i partecipanti nelle situazioni di guida in emergenza e su fondi stradali a bassa aderenza, si raggiungono nuovi equilibri al volante, sviluppando nuove abilità e maturando le proprie capacità percettive e di controllo. Nella pista di guida sicura vengono infatti riprodotte le principali situazioni di rischio e di pericolo stradale: una serie di esercizi al limite permettono di sviluppare il completo controllo dell'auto (frenate su bagnato con e senza ABS, ostacoli improvvisi radiocomandati, sbandate in curve bagnate, aquaplaning, steering pad su vernice scivolosa). Viene inoltre svolta una parte di guida emozionante su mini circuito, per lavorare sulle tecniche di guida e le traiettorie. I giri di pista fanno infine provare l'ebbrezza della guida da piloti e sviluppano la capacità di valutare correttamente le velocità più elevate.



# Guida sicura

I vantaggi della guida sicura sono molteplici:

- Il team building: per il suo richiamo al mondo dello sport, questa attività rafforza lo spirito di squadra;
- L'aspetto ludico, particolarmente motivante;
- Oltre a un risvolto pratico molto importante: contribuisce a migliorare la sicurezza di persone che, per lavoro, trascorrono magari molte ore al volante.

## Programma

Le attività si svolgono nell'arco di una giornata:

- Accoglienza, distribuzione materiale didattico, suddivisione in gruppi e briefing sulle attività;
- Inizio attività in pista e rotazione dei gruppi tra le isole di lavoro;
- Pausa pranzo;
- Ripresa attività didattica in pista;
- Fine delle attività in pista e debriefing.



# Esercizi classici

## Facciamo Quadrato

**Obiettivo:** raggiungere un obiettivo comune gestendo al massimo tutte le risorse a disposizione e ottimizzando la comunicazione e l'organizzazione tra i membri del team.

**Esecuzione:** tutte le persone (bendate) devono riuscire insieme a realizzare un quadrato perfetto, utilizzando una corda, entro un tempo massimo stabilito (il Cliente non aspetta!).



# Esercizi classici

## Pipe Line

**Obiettivo:** situazione di estremo stress nella quale trovare una soluzione rimanendo uniti, con calma e motivazione, al fine di raggiungere l'obiettivo.

**Esecuzione:** vengono creati più gruppi (reparti dell'azienda) che, con l'ausilio di canaline di plastica, devono riuscire a far raggiungere la metà finale (il mercato) ai servizi offerti dalla propria azienda (una pallina da ping pong).



# Esercizi classici

## Gimcana guidata

**Obiettivo:** riflettere sull'importanza della fiducia reciproca.

**Esecuzione:** la persona viene bendata e guidata da un compagno in un percorso composto da prove con differenti livelli di difficoltà (esercizio a coppie).



# Esercizi classici

## La Bomba

**Obiettivo:** pianificare l'attività del proprio gruppo di lavoro in funzione delle risorse disponibili ed entro il tempo massimo stabilito.

**Esecuzione:** il gruppo deve riuscire a disinnescare un pericolosissimo ordigno nucleare utilizzando i pochi materiali a disposizione.



# Case histories

<b>Tipologia di Formaz. Esper.</b>	Barca a vela
<b>Settore Azienda</b>	Immobiliare
<b>Esigenze</b>	Formare il gruppo dei Responsabili di Area Franchising sul coaching, la leadership e il team working, creando un unico team affiatato.
<b>Soluzione adottata</b>	<p>I partecipanti, dopo una prima presentazione in aula, hanno vissuto un'esperienza in barca a vela, divisi in due gruppi per due giornate.</p> <p>Essi avevano una serie di compiti da svolgere, sia in barca che a terra.</p> <p>Sono infatti state organizzate attività di Formazione esperienziale anche a terra.</p> <p>Grazie alle suddette attività, i partecipanti hanno lavorato sui temi del coaching, della leadership e del team working.</p>

## Case histories

<b>Tipologia di Formaz. Esper.</b>	Attività teatrale
<b>Settore Azienda</b>	Articoli da regalo e complementistica d'arredo
<b>Esigenze</b>	Permettere alla rete distributiva di scambiarsi le esperienze e le best practice.
<b>Soluzione adottata</b>	<p>I partecipanti, titolari di negozi (circa 150) dislocati in diverse aree geografiche, suddivisi in gruppi misti, hanno lavorato durante il pomeriggio per preparare una rappresentazione che mettesse in scena le loro principali esperienze.</p> <p>La sera, essi hanno realizzato lo spettacolo, trasmettendo in modo visivo e attivo le diverse esperienze a tutti i presenti.</p>

## Case histories

<b>Tipologia di Formaz. Esper.</b>	Attività teatrale
<b>Settore Azienda</b>	Immobiliare
<b>Esigenze</b>	Presentare i nuovi servizi alla rete commerciale in modo attivo e formare i partecipanti alla vendita di questi nuovi servizi.
<b>Soluzione adottata</b>	<p>E' stato organizzato uno spettacolo teatrale che ha messo in scena i nuovi servizi della società, spiegando perché erano stati creati e come andavano proposti.</p> <p>In tal modo, si è riusciti a presentare i servizi in maniera coinvolgente, ma si è anche potuto formare i venditori sulla vendita di quei servizi.</p> <p>Una specifica formazione in aula sulla vendita dei servizi ha fatto poi seguito all'esperienza teatrale.</p>

## Referenze

**BOEHRINGER INGELHEIM**

**(Attività teatrale)**

**CHANTELLE**

**(Car Race; Cooking)**

**GABETTI**

**(Barca a vela; Attività teatrale)**

**GLS General Logistics Systems**

**(Barca a vela)**

**MOLNLYCKE HEALTH CARE**

**(Bob Race)**

**SIA Italia**

**(Attività teatrale)**

**SMITHS MEDICAL**

**(Barca a vela; Cooking; Attività teatrale)**

**THK**

**(Attività teatrale)**