Skills e Personal Development: STRUMENTI DELLA COMPETITIVITA' DELLE IMPRESE - corso

Circolare 123 del 03/02/2023 - Rapporti con i soci

Skills e Personal Development

STRUMENTI DELLA COMPETITIVITA' DELLE IMPRESE

DURATA: 40 ORE

N. 10 incontri di 4 ore ciascuno di venerdì, alle ore 9:00 alle 13:00

DATA E SEDE DI SVOLGIMENTO

24 febbraio, 24 marzo, 6 ottobre, 10 novembre, 1° dicembre presso Confindustria Alto Milanese

5 maggio, 26 maggio presso Villa Verganti Veronesi – Inveruno

23 giugno, 21 luglio, 8 settembre presso Villa Ida Lampugnani - Parabiago

DESCRIZIONE E OBIETTIVO

Il "buon vivere" inteso a 360° include anche un'ottica di benessere e di tutela della salute che ha origine dalla definizione dell'OMS, per cui la salute non è solo l'assenza di malattia, ma qualcosa di più completo: la salute è quando senti che stai bene fisicamente, mentalmente e con gli altri, nel tuo contesto sociale.

Le life skills – definite dall'OMS come quelle "competenze che portano a comportamenti positivi e di adattamento che rendono l'individuo capace di far fronte efficacemente alle richieste e alle sfide della vita di tutti i giorni"– e l'intelligenza emotiva diventano strumenti potenti per stare bene, stare in salute, e applicabili in primis dagli adulti di riferimento e poi da questi nel lavoro, a prevenzione di fenomeni sempre più attuali come il 'quiet quitting' e il 'burn-out', oltre che agevolare il lavoro in team e l'integrazione tra individui e funzioni diverse.

Il percorso permetterà di sperimentare concretamente come poter orientare meglio sé e gli altri in una relazione mutuamente nutriente, alimentando quindi quel benessere mentale e sociale, che è alla base della propria salute, del benessere individuale nella vita e in azienda, per una partecipazione al lavoro che sia sempre più attiva, responsabile, proficua.

Il progetto è pensato e condotto da un team di esperti. Il percorso formativo permette in particolare di:

- Conoscere meglio le 10 competenze fondamentali per la nostra vita
- Acquisire consapevolezza rispetto alla possibilità di orientarle verso ciò che desidero e mi rende felice
- Fare esperienza, attraverso momenti di riflessione individuale, attività in gruppo, ed esercitazioni in e/o out-door – per aumentare la consapevolezza delle proprie risorse
- Sviluppare concretamente la 'Leadership Gentile', fondamentale per orientare efficacemente sé e i collaboratori verso gli obiettivi desiderati.

DESTINATARI

Manager, dipendenti o collaboratori di aziende

METODOLOGIA

Apprendimento esperienziale. La lezione è strutturata in modo molto partecipativo e interattivo. I partecipanti saranno coinvolti in attività esperienziali individuali e in gruppo, con discussione e condivisione.

CONTENUTI E STRUTTURA DEL PERCORSO

Modulo 1. - SOFT SKILLS

PRESENTAZIONE DEL PERCORSO E RACCOLTA DELLE ASPETTATIVE

Soft e Life Skills, di cosa parliamo: cenni storici ad inquadramento. La loro funzione, il loro potenziale per orientare noi stessi nella vita e nel lavoro. Come mi vedo io, come mi vedono gli altri.

Test di auto valutazione e di valutazione esterna.

Moduli 2 - 3 - **COMPETENZE EMOTIVE**

CONSAPEVOLEZZA DI SE'

GESTIONE DELLE EMOZIONI E GESTIONE DELLO STRESS

Moduli 4 - 5 - 6 - COMPETENZE RELAZIONALI

EMPATIA

COMUNICAZIONE E RELAZIONI EFFICACI

STILE DI VITA

Moduli 7 - 8 - COMPETENZE COGNITIVE

RISOLVERE PROBLEMI E PRENDERE DECISIONI

PENSIERO CRITICO E PENSIERO CREATIVO

Modulo 9 - 10 - TORNO A ME

SANA E CORRETTA ALIMENTAZIONE - GESTIONE DEL TEMPO E DELLE PROPRITA'

Ciascun incontro è strutturato con

- contributi teorici erogati in modo semplice e pure preciso e su basi neuro-scientifiche
- elaborazioni e condivisioni in gruppo
- attività esperienziale in / out-door

NUMERO MINIMO PARTECIPANTI: 15

La formazione può essere finanziata tramite voucher di Regione Lombardia - Formazione Continua

Rivolgersi a
Loredana Casati (int. 215)

Fonte: https://www.confindustria-am.it/servizi/rapporti-con-i-soci/circolari/skills-e-personal-development-strumenti-della-competitivita-delle-imprese-corso