

Modulo 6 PRENDERE LA PAROLA CON SICUREZZA NELLE RIUNIONI

CONTENUTI E OBIETTIVI

CALARSI NELLA PROPRIA SITUAZIONE LAVORATIVA E FAR EMERGERE CASE STUDIES DIRETTAMENTE DALLA CLASSE, QUESTO È L'OBIETTIVO PRINCIPALE DI QUESTO MODULO. SI VALORIZZERANNO LE ESPERIENZE DEI PARTECIPANTI E SI OFFRIRANNO SPUNTI DA AFFRONTARE PER IMPARARE A RELAZIONARSI IN CONTESTI DI GRUPPO E SVILUPPARE PRATICHE PERSONALI.



Modulo 7 LE DINAMICHE UOMO/DONNA E DONNA/UOMO NELLE SITUAZIONI CONFLITTUALI

CONTENUTI E OBIETTIVI

RICONOSCERE LE PRINCIPALI TENDENZE COMPORTAMENTALI DEI DUE SESSI RISPETTO ALLE SITUAZIONI CONFLITTUALI DIVENTA IL PUNTO CHIAVE PER CUI UN UOMO E UNA DONNA RIESCONO A RELAZIONARSI IN MANIERA NON CONFLITTUALE. VALORIZZARE LA GENDER DIVERSITY E SVILUPPARE UNA MAGGIORE RICCHEZZA COGNITIVA. PENSIERO MASCHILE E PENSIERO FEMMINILE. IL RAPPORTO TRA I DUE SESSI ALL'INTERNO DEL QUADRO SOCIO-CULTURALE.



METODOLOGIE DIDATTICHE:

ATTRAVERSO LA METODOLOGIA DEL COACHING SI VALORIZZERANNO LE ESPERIENZE DEI PARTECIPANTI E SI OFFRIRANNO SPUNTI DA AFFRONTARE POI NEL PROJECT WORK PER UNA RIFLESSIONE DELLA PROPRIA SITUAZIONE PERSONALE E DI COME AGISCONO LE LEVE CHE ABBIAMO DECISO DI ADOTTARE. L'AULA SARÀ UN VERO E PROPRIO LABORATORIO IN CUI SI EFFETTUERÀ UNA RICERCA SULLE DINAMICHE COMPORTAMENTALI DI GRUPPO PERSONALIZZANDO I CONTENUTI IN RIFERIMENTO A TUTTI I PARTECIPANTI.

PER LA FORMAZIONE E-LEARNING SONO PREVISTE LEZIONI IN FORMATO FLASH E PDF, DISPENSE E VERIFICHE FINALI DI AUTOAPPRENDIMENTO. PER IL PROJECT WORK SARANNO FORNITE LINEE GUIDA PER RENDERNE PIÙ EFFICACE LA STESURA E INTEGRARNE I CONTENUTI CON QUELLI PREVISTI DALLA DIDATTICA TRADIZIONALE.

DOCENTI:

CONSULENTI E FORMATORI ESPERTI E CON PLURIENNALE ESPERIENZA IN MATERIA, EXECUTIVE E PERSONAL COACH DI IMPRENDITORI, AMMINISTRATORI, MANAGER.

DESTINATARI: NUMERO MASSIMO DI PARTECIPANTI: 14

IL CORSO È APERTO A LIBERE/I PROFESSIONISTE/I, IMPRENDITRICI E IMPRENDITORI, PERSONE OCCUPATE (CON QUALSIASI TIPOLOGIA DI CONTRATTO).

IL CORSO SI RIVOLGE IN PARTICOLARE, ANCHE SE NON IN VIA ESCLUSIVA, ALLE DONNE.

QUOTA DI PARTECIPAZIONE:

30,00 EURO PER LA DURATA COMPLESSIVA DI 44 ORE

FACILITY: PER FAVORIRE LA PARTECIPAZIONE AL PROGETTO, CONCILIANDO LE NECESSITÀ FAMILIARI, ABBIAMO AVUTO LA DISPONIBILITÀ DA PARTE DI "PANTA REI" DI POTER ACCOGLIERE I VOSTRI BAMBINI AD UN PREZZO CONVENZIONATO E DI FAVORE.

CALENDARIO DEL CORSO:

SETTEMBRE - NOVEMBRE 2012 (DATE DA DEFINIRSI)

ORARIO: 9:00-13:00 E 14:00-18:00

PER INFORMAZIONI E ISCRIZIONI

**Profess@re al femminile - c/o Ordine degli Architetti
Pianificatori Paesaggisti e Conservatori della Provincia
di Reggio Emilia**

E-mail: fondazione@architetti.re.it

Persona di contatto: CINZIA BORGHI

Tel: 0522-454744

SINERGIE Soc. Cons. a r.l. -

Via Martiri di Cervarolo 74/10 Reggio Emilia

E-mail: formazione@sinergie-italia.com

Persona di contatto: ELENA CASIRAGHI

Tel.0522/083122

www.sinergie-italia.com

SINERGi €

Formazione, Ricerca & Sviluppo

IN COLLABORAZIONE CON:



W.O.M.E.N When Organization Meets Empowered Networks



Corso:

ASSERTIVITA'



Unione europea
Fondo sociale europeo
Investiamo nel vostro futuro



Provincia di Reggio Emilia

OPERAZIONE W.O.M.E.N. RIF. PA 2011-1326/RE APPROVATA DALLA PROVINCIA DI REGGIO EMILIA CON DETERMINAZIONE DIRIGENZIALE DEL 20/03/2012 N.194 IN ATTUAZIONE DELLA DELIBERAZIONE DI GIUNTA N. 53 DEL 06/03/2012

DURATA DEL CORSO: 44 ORE COSÌ SUDDIVISE:

- LEZIONI FRONTALI – 24 ORE
- COACHING – 12 ORE
- PROJECT WORK – 8 ORE

OBIETTIVI GENERALI

IL COMPORTAMENTO ASSERTIVO È QUEL COMPORTAMENTO ATTRAVERSO IL QUALE SI AFFERMANO I PROPRI PUNTI DI VISTA, SENZA PREVARICARE NÉ ESSERE PREVARICATI. SI ESPRIME ATTRAVERSO LA CAPACITÀ DI UTILIZZARE IN OGNI CONTESTO RELAZIONALE LA MODALITÀ DI COMUNICAZIONE PIÙ ADEGUATA. SI PUÒ ANCHE DEFINIRE L'ASSERTIVITÀ COME QUEL PUNTO D'EQUILIBRIO FRA UNO STILE COMUNICATIVO PASSIVO ED UNO AGGRESSIVO. OBIETTIVO GENERALE DEL CORSO È INSEGNARE AD ADOTTARE UNO STILE COMUNICATIVO CHE PERMETTE ALL'INDIVIDUO DI ESPRIMERE LE PROPRIE OPINIONI, LE PROPRIE EMOZIONI E DI IMPEGNARSI A RISOLVERE POSITIVAMENTE LE SITUAZIONI E I PROBLEMI.

IL CORSO FA PARTE DELLA PIÙ AMPIA OPERAZIONE FORMATIVA DAL TITOLO W.O.M.E.N "WHEN ORGANISATION MEETS NETWORKS" CHE HA L'OBIETTIVO DI VALORIZZARE IL LAVORO DI IMPRESE INDIVIDUALI, PROFESSIONISTI E IMPRENDITORI SOSTENENDOLI NEL MIGLIORAMENTO DEL MANAGEMENT. L'OPERAZIONE SI COMPONE DI 3 CORSI DISTINTI:

1° - GESTIONE DEL TEMPO (28 ORE)

2° - ASSERTIVITÀ (44 ORE)

3° - POTENZIAMENTO DELLA LEADERSHIP (40 ORE)

Modulo 1 SAPER ESPRIMERE SENTIMENTI POSITIVI E NEGATIVI

CONTENUTI E OBIETTIVI

IL CONCETTO CHIAVE DI ASSERTIVITÀ, DI COME CI RELAZIONIAMO CON GLI ALTRI RISPETTO AI SENTIMENTI CHE PROVIAMO. - AGGRESSIVITÀ, PASSIVITÀ, AGGRESSIVITÀ-PASSIVITÀ: IMPARARE A DISTINGUERE GLI STILI DELLA COMUNICAZIONE. IMPARARE A RICONOSCERE LE PROPRIE NECESSITÀ EMOTIVE SENZA VIOLARE I DIRITTI ED I LIMITI ALTRI. DISTINGUERE IL COMPORTAMENTO ASSERTIVO DA QUELLO PASSIVO E AGGRESSIVO. ACQUISIRE CAPACITÀ VERBALI E NON VERBALI PER UN COMPORTAMENTO ASSERTIVO.



Modulo 2 L'IMPORTANZA DELLA PERCEZIONE DI UN CONFLITTO E L'ANALISI DELLE CAUSE DEL DISSENSO

CONTENUTI E OBIETTIVI

L'ASSERTIVITÀ IN SITUAZIONI DI INSTABILITÀ. EVENTI CHE METTONO ALLA PROVA LA CAPACITÀ DI MANTENERSI ASSERTIVI. IL MOTIVO PRINCIPALE PER CUI DECIDIAMO DI PORTARE AVANTI UN COMPORTAMENTO ASSERTIVO: LA GESTIONE DEL CONFLITTO. AUMENTARE LA PROPRIA EFFICACIA NEL DIRIGERE, CRITICARE, RISPONDERE ALLE LAMENTI E AI CONFLITTI. IMPARARE A DIVENTARE PADRONI DELLE SITUAZIONI, RISOLVERE L'INADEGUATEZZA E APPRENDERE I METODI PER SCARICARE TENSIONE ED ANSIA IN MANIERA POSITIVA. COMPRENDERE I PROBLEMI DELLA NON ASSERTIVITÀ. GESTIRE LE RICHIESTE INGIUSTE, CONFLITTI E PROBLEMI IN MANIERA ASSERTIVA. AFFRONTARE I PROBLEMI IN MANIERA RAZIONALE, OBIETTIVA E IMPERSONALE.



Modulo 3 MOBILITARE LE PROPRIE ENERGIE FAVORENDO UN APPROCCIO POSITIVO VERSO LE SITUAZIONI SFIDANTI

CONTENUTI E OBIETTIVI

RICONOSCERE LE SITUAZIONI SFIDANTI ED AFFRONTARLE IN MODO POSITIVO È LA CHIAVE PER MIGLIORARE IL PROPRIO CAMPO D'AZIONE NELLE RELAZIONI CHE INTRATTENIAMO CON GLI ALTRI. QUESTA PARTE DEL CORSO INTENDE POTENZIARE LA TEORIA CON UNA RIFLESSIONE SULLE SITUAZIONI CHE OGNI PARTECIPANTE SI RITROVA AD AFFRONTARE NELLA SUA QUOTIDIANITÀ E OSSERVARE COME AGISCE ED INDIVIDUARE, GRAZIE ALL'AUTOAIUTO DEL COACH, QUALI SONO LE LEVE IN CUI QUESTO ATTEGGIAMENTO SI PUÒ MIGLIORARE ANDANDO A COSTRUIRE IL PROPRIO PERCORSO PERSONALE DI CAMBIAMENTO SCANDITO NEL PROJECT WORK. SVILUPPARE UN'IMMAGINE DI SÉ POSITIVA. IDENTIFICARE ED ESPRIMERE LE PROPRIE SENSAZIONI ED EMOZIONI. IMPARARE AD ESPRIMERE CRITICHE E COMPLIMENTI.



Modulo 4 EVITARE DI ESSERE MANIPOLATE

CONTENUTI E OBIETTIVI

LE TECNICHE DI MANIPOLAZIONE SONO ORMAI MOLTO DIFFUSE E COSTITUISCONO UN TEMA DA AFFRONTARE OGNI GIORNO NEI PIÙ DIVERSI CONTESTI QUOTIDIANI: APPRENDERE LE TECNICHE BASE DELLA MANIPOLAZIONE AIUTA A RICONOSCERNE GLI ATTEGGIAMENTI CARATTERISTICI E A DIFENDERSI. DEFINIRE E RISPETTARE I LIMITI PROPRI E DEGLI ALTRI. PERSUASIONE E PNL. TECNICHE DI MIRRORING. ESSERE CONSAPEVOLI DEL PROPRIO DIRITTO A DIRE NO. ELEMENTI DI PSICOLOGIA DI GRUPPO E COMPORTAMENTO GREGARIO.



TEGGIAMENTI CARATTERISTICI E A DIFENDERSI. DEFINIRE E RISPETTARE I LIMITI PROPRI E DEGLI ALTRI. PERSUASIONE E PNL. TECNICHE DI MIRRORING. ESSERE CONSAPEVOLI DEL PROPRIO DIRITTO A DIRE NO. ELEMENTI DI PSICOLOGIA DI GRUPPO E COMPORTAMENTO GREGARIO.

Modulo 5 FAVORIRE LA FIDUCIA IN SÉ E NELLE PROPRIE ABILITÀ

CONTENUTI E OBIETTIVI

AUMENTARE L'AUTOSTIMA È UNA DELLE ULTIME TAPPE DA RAGGIUNGERE PER CONSIDERARE DI AVERE APPRESO LE TECNICHE DI UN COMPORTAMENTO ASSERTIVO. AUMENTARE IL CONTROLLO DI SÉ E DELLA PROPRIA ANSIA. SVILUPPARE LA PROPRIA AUTOSTIMA. VALORIZZARE LE PROPRIE CARATTERISTICHE E POTENZIALITÀ. IDENTIFICARE I PROPRI PUNTI DI DEBOLEZZA E CALARSI NELLE SITUAZIONI CHE CI FANNO PIÙ PAURA PER SUPERARLE E RISOLVERLE.

PER GLI ORDINI PROFESSIONALI CHE LI PREVEDONO SARÀ NOSTRA CURA RICHIEDERE IL RICONOSCIMENTO DEI CREDITI FORMATIVI