

Welcome Change!

Presenziale

- ✓ **2 giornate intensive da 8 ore ciascuna**

Quota di partecipazione corso presenziale

- ✓ **€ 1800+IVA**

OnLine Live Training

- ✓ **4 mezze giornate da 4 ore ciascuna**

Quota di partecipazione corso OnLine Live Training

- ✓ **€ 1700+IVA**

Welcome Change!

DESTINATARI

Il corso si rivolge alle risorse, di qualsiasi area aziendale, coinvolte in processi di cambiamento. Più in generale il percorso è destinato a coloro che sentono l'esigenza di ottenere un supporto per riuscire a massimizzare la propria efficacia ed il proprio benessere professionale spostando l'attenzione dalla mancanza di controllo sulla situazione generale, alle risorse che hanno a disposizione per affrontare la sfida e facendo emergere i benefici del cambiamento non solo per l'impresa, ma anche per loro stessi.

INTRODUZIONE

La Pandemia da Covid 19 ha inevitabilmente costretto le imprese di ogni dimensione ad adottare dei cambiamenti organizzativi. I collaboratori reagiscono al cambiamento in modo positivo, oppure opponendo resistenza. Sono attori di fondamentale importanza e possono determinare il successo o il fallimento di ogni impresa. Il loro coinvolgimento rappresenta un'opportunità di valorizzazione di talenti e attitudini.

Bisogna creare nelle persone coinvolgimento nei confronti del cambiamento e, contemporaneamente, è necessario agire per aiutarle a ridurre paura e ansia, così che il cambiamento non sia più percepito come una minaccia e un pericolo dato dal distaccamento dalla comfort zone.

OBIETTIVI

Il training si pone l'obiettivo di accompagnare i collaboratori in un percorso che permette di concentrarsi **non su ciò che non è più possibile fare ma su ciò che si può fare** aiutandoli a sviluppare competenze e skill per affrontare serenamente e con consapevolezza ogni possibile cambiamento, passato, presente o futuro.

MODALITÀ'

La modalità di strutturazione del corso prevede due giorni intensivi arricchiti da simulazioni ed esercitazioni pratiche che consentono al partecipante di apprendere e testare immediatamente i contenuti appresi.

PROGRAMMA

Autoconsapevolezza-Comprendere se stessi

- Relazione tra ruolo professionale e comportamenti agiti
- Performance e clima:
 - Comprendere il proprio contesto di riferimento
- VIA test® individuale sulle forze del carattere
- L'immagine percepita di sé:
 - Dall'autostima alla self Compassion, scala di Kristin Neff (Ph.D.)
- La formula dell'efficacia personale:
 - Consapevolezza, scelta e fiducia
- Le variabili tecniche e relazionali che permettono il raggiungimento delle performance:
 - Legami tra sfida e competenze

Proattività - Frog o Bat?

- Due strategie a confronto:
 - Reattività e proattività
 - Riconoscere degli schemi o elaborare dei segnali?
- I presupposti della proattività:
 - Differenza fra stimolo e interferenza
 - Capire come limitare e ridurre le interferenze
- Il vicolo cieco delle interferenze:
 - Comprendere il "dialogo interiore" che condiziona i nostri comportamenti
 - Disattivare ed inibire le predizioni che si avverano
- La formula dell'efficacia personale:
 - Costruire il proprio piano d'azione per essere proattivi ogni giorno

Elasticità mentale-Pensare «senza filtro»

- Andare oltre i "luoghi comuni"
- La basi della creatività:
 - Rompere e riformulare pratiche "routinizzate"
- L'eccesso di fiducia e sicurezza
 - Le euristiche
 - I bias
- La distorsione emotiva del pensiero
 - Self serving bias
 - L'equilibrio emotivo
- Verso un visione sistematica
 - Il pensiero sistematico
 - Feedback e rinforzi
 - Il ruolo della prospettiva

Io e la resilienza

- Cambiamenti
- Scegliere il paradigma!
- Individuare e allenare le proprie abilità di Copying
- Decisioni resilienti:
 - Un processo in 7 step
- Buone pratiche per essere resilienti
- L'abitudine a non avere abitudini
- Addestrarsi ai cambiamenti ed a "cambiare i contesti"
- Comprendere il rapporto fra "fattori di rischio" e "fattori di resilienza"

Individuazione ed impostazione del Project work individuale