

IL PROGRAMMA DEL PERCORSO FORMATIVO “AMBASCIATORE DEL BENESSERE”

DAL 17 MARZO 2023 AL 19 GENNAIO 2024

Data	Modulo formativo	Cosa imparerai?
Prima giornata 17 marzo 2023	LA PERSONA AL CENTRO	Una solida cornice teorica di riferimento attraverso la quale cogliere ed assumere uno sguardo positivo sulla natura umana, al fine di orientare consapevolmente le proprie azioni all'interno delle organizzazioni e delle relazioni, per facilitarne la crescita e il benessere
Seconda giornata 21 aprile 2023	COMUNICARE IN MODO COSTRUTTIVO	Scegliere uno stile comunicativo capace di sostenere relazioni positive e soddisfacenti, caratterizzate da libertà e rispetto all'interno dei gruppi di lavoro. Riconoscere le più comuni barriere alla comunicazione così da non metterle in atto. Prestare attenzione all'effetto che il proprio stile comunicativo ha sull'altro e alle implicazioni che esso ha all'interno delle relazioni
Terza giornata 19 maggio 2023	LE EMOZIONI FUORI E DENTRO I LUOGHI DI LAVORO	Riconoscere, nominare e legittimare le emozioni. Prendere contatto con i propri vissuti emotivi e con quelli dell'altro. Cogliere gli aspetti comunicativi, motivazionali e relazionali
Quarta giornata 9 giugno 2023	NOI E GLI ALTRI: L'IMMAGINE DI SE' NELLE RELAZIONI	Riconoscere il modo di comunicare se stessi verso l'esterno, costruire messaggi di autorivelazione in prima Persona, costruire feedback efficaci
Quinta giornata 7 luglio 2023	IL GRUPPO DI LAVORO: SAPER COGLIERE I SEGNALI DI DISAGIO	Conoscere e riconoscere le dinamiche dei gruppi. Aumentare la consapevolezza sul proprio stile di leadership e sul proprio stile comunicativo all'interno del gruppo di lavoro
Sesta giornata 22 settembre 2023	FARE SPAZIO ALL'ALTRO: DAL PROBLEMA ALLO SGUARDO DI AIUTO	Ascoltare attivamente l'altro prestando attenzione alla comunicazione verbale e non verbale. Ascoltare in modo empatico e non giudicante, restituendo all'altro la propria comprensione. Cogliere i bisogni espressi dall'interlocutore ed offrire la propria competenza di aiuto

Settima giornata 20 ottobre 2023	SO-STARE NEL CONFLITTO	Accogliere il conflitto come opportunità di crescita. Riconoscere i bisogni sottesi alla situazione di conflitto. Riconoscere i più comuni approcci di risoluzione del conflitto. Scegliere ed applicare un approccio win-win al conflitto, facilitandone la risoluzione in un'ottica di valorizzazione della relazione
Ottava giornata 10 novembre 2023	STRATEGIE OLTRE LO STRESS	Cogliere i segnali di stress e di disagio presenti nei propri colleghi e sul luogo di lavoro, accogliendone i bisogni e promuovendone una maggiore presa di consapevolezza, per costruire e sostenere insieme più efficaci strategie di coping
Nona giornata 15 dicembre 2023	SAPERE, SAPER FARE E SAPER ESSERE PER L'AMBASCIATORE DEL BENESSERE	Valutare le proprie competenze relazionali ed esercitarle per allenarne nella vita personale e professionale
Decima giornata 19 gennaio 2024	NUTRIRE IL POTERE PERSONALE	Riflettere sul proprio concetto di felicità e vita piena ed imparare a sostenere la motivazione dell'altro in un percorso decisionale orientato alla crescita e all'autorealizzazione. Dare valore all'esperienza formativa fatta integrando le nuove conoscenze e competenze all'interno di una propria visione del ruolo professionale ricoperto. Esprimere i propri bisogni formativi ed autovalutare la propria crescita