

Percorso formativo

“Laboratorio di comunicazione efficace”

In modalità e_learning - durata complessiva n. 6 ore

Scadenza 30 giugno 2021

Premessa

Inutile girarci intorno: il lavoro è una fonte di stress. E da un anno si è messo pure lo Smart Working a complicare la situazione.

Adempimenti, scadenze, riunioni interminabili da remoto, utenti rognosi... E poi loro, i colleghi! Polemici, talvolta sottilmente velenosi, poco o per nulla collaborativi, pronti a fare ostruzionismo per mettersi in bella luce. Senza contare gli utenti: studenti, genitori degli studenti, docenti, assistenti... Così arrivi a fine giornata esausto/a, con la sensazione di non aver dato il meglio di te, e un'irritazione addosso che rischia di contaminare l'habitat familiare. E dire che basterebbe così poco per tornare di buon umore.

Domanda da un milione di dollari: come puoi gestire al meglio il rapporto con i colleghi (e gli utenti), senza dover sfociare necessariamente nella litigata? La risposta sta nello sperimentare tecniche di comunicazione efficace per ridurre il **conflitto** e per tenere **unito** il gruppo di lavoro (anche a distanza).

Obiettivo

Il corso si prefigge dunque l'obiettivo di trasferire le principali **Soft Skills** che consentono agli individui di crescere e di trasformare in meglio il volto dell'ambiente professionale: gestione dello stress, scioglimento della diffidenza, superamento dei dissapori e delle frizioni, empatia, disponibilità verso l'altro, fiducia e condivisione delle informazioni tra uffici. Il tutto finalizzato a migliorare la convivenza e dunque anche il servizio reso agli utenti. Senza contare che la buona comunicazione fa bene al tuo **team** e soprattutto al tuo fegato...

Programma

“COMUNICARE CON TE STESSO/A”



1.1 Le parole chiave della comunicazione efficace



Cambiamento, fiducia, consapevolezza, soluzioni, curiosità.

1.2 Dialogo interno



Come aumentare l'autostima. Perché non puoi pretendere il rispetto altrui se non hai una buona considerazione di te stesso/a

1.3 Padronanza personale



Tecniche di “kung-fu” emotivo per gestire lo stress e reggere la pressione anche in condizioni difficili.

“COMUNICARE CON GLI ALTRI”



1.1 Empatia



Disegna un abito su misura adatto alle caratteristiche del tuo interlocutore. Ti sarà più facile capire e farti capire.

1.2 Interaction anatomy



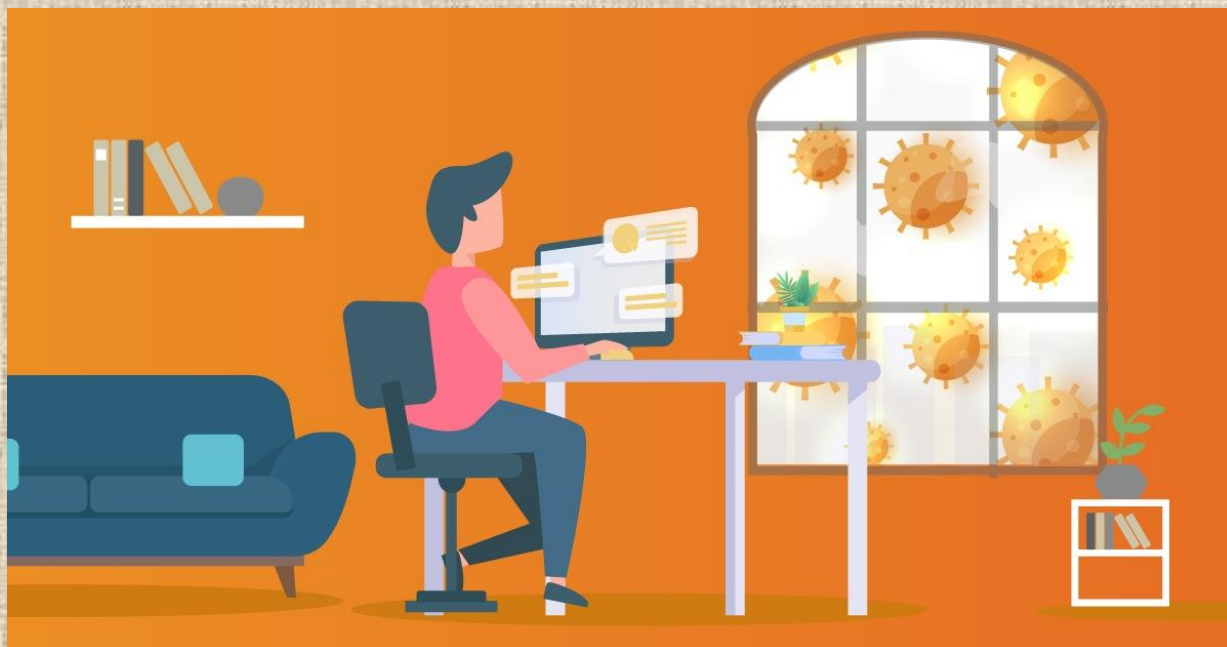
Punta al sodo per superare criticità e frizioni.

1.3 Tecniche di “kung-fu” verbale



Le parole per farti capire senza generare fraintendimenti e tensioni.

“COMUNICARE NEL TEAM”



1.1 La fiducia



Senza fiducia arrancherai sempre, perché rappresenta il presupposto per far funzionare bene la tua squadra: costruirla, meritarsela, alimentarla.

1.2 Il team a distanza



Le micro-coaching per abbattere le barriere e cementare il gruppo di lavoro, al di là che tu sia in Smart Working e i tuoi colleghi in ufficio, o viceversa.

1.3 Le riunioni che servono



Le “learned lessons” collettive e il colloquio di crescita “one-on-one” per superare le difficoltà assieme ai tuoi colleghi e trasformare gli errori in risorse.