

GESTIRE LE DIFFICOLTÀ RELAZIONALI E LAVORATIVE IN UN TEAM DI GRUPPO



2022

OBIETTIVO

Infondere consapevolezza e condividere nozioni e tecniche per affrontare momenti di difficoltà sul lavoro, per raggiungere il traguardo di **benessere lavorativo** che si traduce in un maggior grado di benessere fisico, psicologico e sociale.

Dimenticare lo stress, che alla lunga può causare instabilità, accrescendo la motivazione personale e di conseguenza, l'efficienza che porta benefici anche all'azienda.

L'attenzione al singolo e la visione d'insieme del gruppo si fondono in un **circolo virtuoso di benessere e coesione**, per un ambiente lavorativo positivo e salutare.

DESTINATARI

Il corso è rivolto ai lavoratori di qualsiasi settore, ruolo e livello che si trovino ogni giorno a lavorare in gruppo e in collaborazione, o confronto, con altri lavoratori e che desiderino dare il miglior contributo personale alle prestazioni del gruppo, in sinergia con gli altri e in benessere con se stessi.

REQUISITI

Non è richiesto nessun prerequisito specifico in quanto le nozioni e gli argomenti trattati possono risultare funzionali e formativi per tutte le tipologie di lavoratori, al fine di acquisire nuove competenze di tipo professionale.

CONTENUTI/ARTICOLAZIONE DEL PERCORSO

- La gestione dello stress e la prevenzione del Burnout (4 ore)
- Team Working: lavorare in squadra (4 ore)
- Valorizzazione delle competenze (4 ore)
- La gestione dei conflitti (4 ore)

METODOLOGIA E STRUMENTI

Metodologia formativa di tipo **pratico ed esperienziale** che coinvolgerà attivamente i partecipanti, rendendoli protagonisti del processo di formazione e privilegiando una forma di **apprendimento attivo**.

Il materiale didattico sarà redatto e distribuito ai partecipanti dal docente.

VALUTAZIONE E ATTESTATO

È prevista la somministrazione di un questionario di valutazione e verifica alla fine del corso. Verranno certificate competenze a coloro che avranno partecipato ad almeno il 75% del percorso e che avranno superato la prova finale. Sarà inoltre rilasciato l'attestato di partecipazione.

AREA STRATEGICA

Benessere Organizzativo Aziendale

MODALITÀ D'EROGAZIONE

ONLINE

DURATA

16 ore

COSTO

800 €

RIMBORSATI DAL BANDO FORMAZIONE CONTINUA DELLA REGIONE LOMBARDIA:

- **per lavoratori dipendenti;**
- **per liberi professionisti;**
- **per imprenditori.**

Consulenza gestione pratica

CALENDARIO CORSO ONLINE

Una lezione a settimana di venerdì pomeriggio dalle 14.00 alle 18.00

PRIMO CORSO CONFLITTI

21/10; 28/10; 04/11; 11/11

SECONDO CORSO CONFLITTI

18/11; 25/11; 2/12; 9/12

Cornucopia
Società Cooperativa Sociale
E.T.S.

Via Giuseppe Mazzini 82,
25043 Breno (BS)

formazione@coopcornucopia.it

Tel. 0364 791422