



FEDERCONGRESSI
& EVENTI



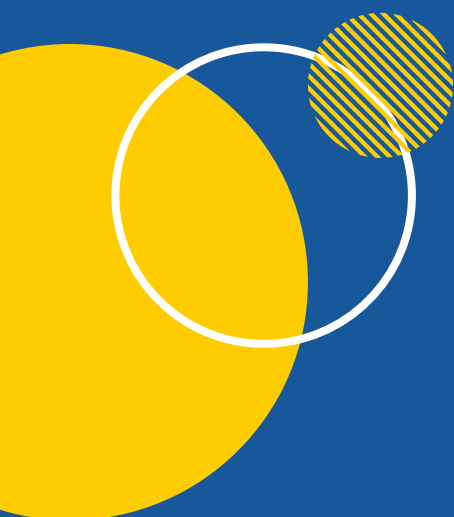
EfficaceMente

Riscoprire le “Life Skills”
per darsi valore e creare valore



Ciclo di seminari con **Nicola DONTI**

Docente esperto in comunicazione e professore di
filosofia del linguaggio



Bologna
Royal Hotel Carlton
giugno-ottobre 2024



Introduzione >>>

Un'importanza sempre maggiore viene riconosciuta oggi al possesso delle cosiddette **life skills** (soft skills nella declinazione aziendale). Esse, infatti, hanno un effetto positivo sul benessere delle persone, delle organizzazioni e conseguentemente una ricaduta positiva nelle prestazioni erogate.



Acquisire e applicare in modo efficace le life skills, anche in un settore così motivante ma impegnativo come quello degli eventi, può influenzare il modo in cui ci sentiamo rispetto a noi stessi e agli altri, così come il modo in cui siamo percepiti. La loro messa in pratica può inoltre contribuire alla nostra percezione di efficacia, autostima e fiducia in noi stessi.

Il percorso si articola in 4 incontri dedicati allo sviluppo delle seguenti tematiche, fondamentali e spesso tra loro complementari: **comunicazione** efficace, **problem solving** e pensiero creativo, gestione delle **emozioni** e del **tempo**.



Obiettivi >>>

Durante gli incontri verranno offerti spunti utili a definire e approfondire le principali competenze trasversali dal punto di vista della capacità di:

- 
- **comunicare** ad altri idee, sentimenti e informazioni, utilizzando modalità e forme di espressione differenti, nonché comprendendo, e quindi sapendo gestire, gli effetti che la nostra comunicazione ha sugli altri e viceversa;
 - **lavorare in gruppo** e collaborare, valorizzando le differenze individuali e sapendo gestire correttamente le dinamiche di gruppo;
 - **risolvere problemi**, partendo dall'analisi della situazione, passando dall'uso di strumenti e strategie adeguate, fino a giungere all'ipotesi, alla progettazione e alla realizzazione della soluzione scelta;
 - **gestire efficacemente lo stress** e prevenire situazioni potenzialmente conflittuali, confronti con opinioni e atteggiamenti differenti o situazioni fonte di stress;
 - riflettere per **aumentare la consapevolezza** rispetto a ciò che influenza e guida il nostro pensiero e le nostre emozioni (intelligenza emotiva) per una migliore auto-gestione ed etero-gestione;
 - **fare un bilancio** delle competenze trasversali già possedute e del loro livello di sviluppo futuro.
- 



PROGRAMMA >>>

INCONTRO 1 | Comunicazione efficace

6 Giugno 2024

La particolare tipologia di lavoro delle aziende che operano nella Meeting Industry prevede il contatto con numerosi e differenti stakeholders, tanto che una competenza fondamentale in questo settore è sicuramente quella di saper comunicare in modo efficace.

Ma cosa significa comunicare? Il semplice fatto di parlare non implica saper comunicare, ovvero essere sicuri che l'altro abbia correttamente compreso quello che si è detto.

Comunicare in modo efficace significa sapersi esprimere in ogni situazione e con qualunque interlocutore, sia a livello verbale che non verbale, in modo chiaro e coerente con il proprio stato d'animo. Questa abilità è un concentrato di altre competenze tutte altrettanto importanti, come la capacità di ascolto, empatia, assertività, consapevolezza, flessibilità e focalizzazione, solo per citarne alcune.

- 10.30|11.00 Accredito e welcome coffee
- 11.00|12.00 Comunicare o parlare?
- 12.00|13.00 Diventa il bersaglio: ascolto ed empatia come strumenti di efficacia comunicativa/relazionale
- 13.00|14.00 Pausa pranzo
- 14.00|15.00 Il "mistero" della comunicazione: dal "cosa al come"
- 15.00|16.00 Il "nutrimento" della comunicazione: "il feedback"
- 16.00|16.30 Confronto e domande

INCONTRO 2 | Problem solving e pensiero creativo

11 Luglio 2024

Affrontare ostacoli e sfide fa parte della vita lavorativa di ogni giorno e superarli non è sempre facile. Per migliorare le abilità interpersonali, per eccellere individualmente e per aiutare le organizzazioni a crescere, bisogna incoraggiare il pensiero creativo e trovare soluzioni innovative che funzionino.

Il problem solving unito al pensiero creativo ci consente di scoprire le potenzialità del pensiero "divergente", ovvero quel processo capace di generare molteplici soluzioni e possibilità per individuare quella più efficace, seguendo un percorso non convenzionale e non basato sulla logica razionale.

La capacità di "pensare fuori dagli schemi", che trae origine da curiosità e anticonformismo, è la modalità di pensiero più comune durante l'infanzia ed è particolarmente sviluppata nei bambini. Maestri di fantasia e freschezza, i bambini si avvalgono infatti di innumerevoli gradi di libertà nella ricerca di soluzioni alternative e di nuovi punti di vista di fronte a un dato problema.

- 10.30|11.00 Accredito e welcome coffee
- 11.00|12.00 Problemi o dati di fatto?
- 12.00|13.00 "Bias cognitivi", le trappole dell'abitudine
- 13.00|14.00 Pausa pranzo
- 14.00|15.00 "Pensieri lenti e pensieri veloci" (D. Kahneman)
- 15.00|16.00 Pensare in modo non convenzionale: il pensiero creativo o "laterale"
- 16.00|16.30 Confronto e domande



PROGRAMMA >>>

INCONTRO 3 | Gestione delle emozioni

5 Settembre 2024

La gestione emotiva è una competenza centrale per ogni essere umano. Essa permette di riconoscere e gestire le proprie emozioni, configurandosi come una via necessaria per il benessere della persona. L'importanza della capacità di riconoscere e modulare i propri stati emotivi si evince dai numerosi benefici che ne derivano.

La regolazione delle emozioni permette infatti di:

- affrontare sia gli eventi positivi sia le sfide della vita, anche quando sono spiacevoli o fonte di conflitto;
- entrare in relazione con gli altri in maniera ottimale;
- procedere attraverso le diverse tappe di sviluppo della vita con strategie adeguate.

La gestione delle emozioni è l'insieme delle strategie che adoperiamo per gestire le emozioni che proviamo in un dato momento. Essa presuppone la capacità di:

- riconoscere e distinguere tra le diverse emozioni;
- accettare il proprio vissuto emotivo, a prescindere che esso sia piacevole o spiacevole;
- usare le emozioni come spinta nel raggiungimento di obiettivi personali o relazionali;
- modulare gli aspetti modificabili dell'esperienza emotiva, come, intensità, contenuto e durata.

10.30 11.00	Accredito e welcome coffee
11.00 12.00	"Emozioniamoci": il potere dell'"intelligenza emotiva" (D. Goleman)
12.00 13.00	I 4 messaggeri del profondo: le emozioni primarie
13.00 14.00	Pausa pranzo
14.00 15.00	Consapevolezza emotiva: conoscere per gestire
15.00 16.00	Le "misteriose" leve della motivazione e del cambiamento
16.00 16.30	Confronto e domande

INCONTRO 4 | Gestione efficace del tempo

25 Ottobre 2024

Applicare strategie appropriate per la gestione del tempo può essere particolarmente utile, specialmente oggi che i nostri stili di vita e le modalità di lavoro sono cambiati: un esempio è rappresentato dall'introduzione dello smart working, che ha richiesto una nuova organizzazione del proprio tempo.

Gestire con maggiore consapevolezza le proprie priorità e organizzarsi conseguentemente può migliorare la nostra gestione del tempo, aiutandoci a concentrare maggiormente le nostre energie e risorse sulle cose davvero importanti.

Le strategie di gestione del tempo e delle priorità possono essere utili a tutti coloro che desiderano riuscire anche a ritagliarsi maggiori spazi per sé stessi, per i propri hobbies e per il proprio recupero psicofisico.

Pianificare e programmare può sembrare difficile ma è indispensabile, soprattutto se vogliamo tirare fuori tutte le nostre risorse per mantenere un buon grado di benessere.

10.30 11.00	Accredito e welcome coffee
11.00 12.00	Efficace o efficiente? Qual è la strada migliore
12.00 13.00	Rallentare per pianificare
13.00 14.00	Pausa pranzo
14.00 15.00	La Matrice di Eisenhower per la gestione delle priorità
15.00 16.00	L'importanza delle pause: fermarsi a pensare per non stressarsi
16.00 16.30	Confronto e domande

DOCENTE



Dott. Prof. **Nicola DONTI** - Docente esperto in comunicazione e professore di filosofia del linguaggio



Laureato in Filosofia e Trainer in P.N.L. Umanistica Integrata. Pluri specializzato sui temi della comunicazione e delle relazioni interpersonali è docente dell'Università degli Studi di Perugia per l'insegnamento di "Filosofia e Teoria dei Linguaggi" ai corsi di laurea in Logopedia ed Scienze Riabilitative delle Professioni Sanitarie. E' consulente in "Comunicazione e crescita personale" in diverse aziende sia pubbliche che private sia di servizi che prodotti, con cui porta avanti progetti sulle "Life skills" per incrementare le competenze trasversali. Docente esperto in ambito socio-sanitario ed educativo. Ha realizzato numerosi "Laboratori di tecniche di comunicazione per docenti" per tutti e 16

i Dipartimenti dell' Università degli Studi di Perugia, nell'ambito di un Progetto del Ministero dell'Istruzione dell'Università e della Ricerca - MIUR. Ha collaborato con il Gaslini, Istituto Pediatrico di Ricovero e Cura a carattere scientifico di Genova in un progetto triennale sul miglioramento del benessere organizzativo di tutti i dipendenti. E' docente in diversi corsi regionali e universitari per la Formazione Manageriale dei Responsabili di struttura complessa e Direttori Generali, Sanitari e Amministrativi sulle tematiche della leadership, sviluppo delle risorse umane, motivazione del personale, valorizzazione del potenziale umano e del cosiddetto "capitale intangibile", miglioramento del benessere organizzativo, umanizzazione della sanità, comunicazione istituzionale e organizzativa. È relatore in numerosi convegni nazionali sui temi della comunicazione e della crescita personale.

A CHI SI RIVOLGE >>>

L'incontro è rivolto a tutte le categorie di Associati Federcongressi&eventi.

Ogni incontro è a numero chiuso per un massimo di 40 partecipanti.

Ciascuna azienda può iscrivere un massimo di 3 partecipanti

QUOTE DI PARTECIPAZIONE >>>

ISCRIZIONE SINGOLO INCONTRO I PARTECIPANTE	€170,00
ISCRIZIONE SINGOLO INCONTRO DAL II PARTECIPANTE	€130,00
ISCRIZIONE INTERO PERCORSO I PARTECIPANTE	€600,00
ISCRIZIONE INTERO PERCORSO DAL II PARTECIPANTE	€480,00

La quota non include l'IVA al 22%.

L'iscrizione include: materiale didattico, welcome coffee, lunch e attestato di partecipazione

ISCRIVITI >>>

PER INFORMAZIONI >>>

eventi@federcongressi.it