

“Senso di auto-efficacia”

Obiettivi	<p>Al termine del corso i partecipanti saranno in grado di:</p> <ul style="list-style-type: none">• Valutare obiettivi e compiti sfidanti e definire una strategia razionale per conseguirli.• Reagire in modo costruttivo ed energico di fronte ad ostacoli, difficoltà e feed back critici dei superiori.• Elaborare i successi e le difficoltà in termini di “lezioni apprese” e consolidamento personale.
Destinatari e macro aree	<p>Coordinatori che vogliono consolidare le proprie potenzialità di “Leadership”, nel senso del consolidamento di sé e della gestione della propria stabilità emotiva come premessa per diventare un punto di riferimento per la squadra. In particolare:</p> <ul style="list-style-type: none">➤ Gestione di sé ed empowerment.➤ Capacità di auto-valutazione.➤ Sicurezza di sé nelle situazioni difficili.
Unità di competenza	<p>Necessità di consolidamento prevalente nelle unità: “Gestire il tuo carico di lavoro”, “Gestire il tuo sviluppo personale”.</p>
Contenuti	<ul style="list-style-type: none">• “Idee irrazionali” tipiche (che possono penalizzare lo sviluppo delle capacità personali): come identificarle e gestirle per minimizzare dispersioni di energia.• Le spinte motivazionali (benefici psicologici e pratici ricercati dalla persona sul e tramite il lavoro): come riconoscerle in sé e negli altri, come coltivarle per incrementare il proprio senso di autoefficacia.• Convincimenti circa la propria efficacia e le proprie chance di controllo e realizzazione nel contesto lavorativo: come svilupparli e consolidarli alla luce dei feedback esterni.• Strategie personali per autoregolare il comportamento nelle situazioni sfidanti/critiche.
Indicazioni di metodologia didattica	<p>E’ previsto l’utilizzo di role-play, questionari di auto-diagnosi, lo sviluppo di auto-casi e la preparazione di sceneggiature per facilitare il riconoscimento e l’elaborazione dei contenuti didattici.</p> <p>Ciascun partecipante elabora “in diretta” durante il corso l’applicazione su di sé dei contenuti insegnati e al tempo stesso sfrutta i contributi del gruppo dei colleghi.</p>
Durata complessiva	<p>2 giornate consecutive in un unico modulo.</p>
N. di partecipanti	<p>Gruppi di 10/15 partecipanti.</p>
Docenti	<p>Un trainer con competenza psicologica.</p>
Organizzazione didattica	<p>Il corso richiede un’aula ed una saletta attigua per i lavori in sottogruppo. Materiali quali cartelloni, pennarelli, post-it, riviste e giornali, ecc. faciliteranno i momenti di espressione creativa nei lavori in sottogruppo.</p>