



# Microcounseling nelle Organizzazioni

ACQUISIRE COMPETENZE UTILI PER MIGLIORARE LA QUALITÀ DI VITA IN AZIENDA

## PER UN'ECOLOGIA DELLA VITA IN AZIENDA.

L'azienda è un sistema da sempre complesso e in taluni casi in crisi di valori. A vari livelli, la motivazione e il coinvolgimento personale offrono opportunità di svolta e di successo per l'organizzazione e per coloro che ne fanno parte. Ecco quindi un percorso volto a stimolare, coinvolgere e costruire nuove abitudini funzionali e generative di benessere della persona e del gruppo di lavoro.

Per attivare nel proprio ambiente di lavoro relazioni più soddisfacenti ed essere efficaci nell'ambito delle risorse umane.

## A CHI SI RIVOLGE

Il percorso si rivolge prioritariamente a manager e a responsabili del personale e delle risorse umane ai vari livelli. Tuttavia, per l'approccio concreto ed esperienziale, è aperto anche a tutti coloro che si trovano ad affrontare momenti di cambiamento, di riorganizzazione, di difficoltà nella gestione dei processi lavorativi, comunicativi o relazionali.

Grazie all'articolazione in momenti di crescita personale e formativi con l'acquisizione di mappe di riferimento e approcci teorici, il percorso è indicato per tutti coloro che vogliono acquisire un nuovo metodo e sperimentare applicazioni utili in ogni ambito sociale e professionale, a beneficio delle relazioni, dell'efficienza e della qualità della propria vita.

## I TEMI AFFRONTATI

- la comunicazione efficace e la relazione nel contesto lavorativo;
- migliorare la qualità del lavoro in termini di efficacia e di efficienza
- la leadership, come quando perché, assertività, la gestione delle riunioni
- tecniche di negoziazione e risoluzione dei problemi
- gestione del tempo
- coinvolgere i collaboratori per un maggior benessere nell'ambiente di lavoro
- offrire sostegno e imparare a gestire situazioni conflittuali e di disagio
- ridurre l'assenteismo implementando la produttività
- aumentare la motivazione al lavoro integrando progetti personali in quelli aziendali
- accompagnare nella gestione dei cambiamenti professionali
- parlare in pubblico e la gestione dell'emotività.

## QUANDO

Sabato 03 e Domenica 04 Febbraio 2018

Sabato 10 e Domenica 11 Marzo

Sabato 14 e Domenica 15 Aprile

Sabato 05 e Domenica 06 Maggio

- Sabato dalle ore 14:00 alle 19:00 e

- Domenica dalle ore 9:00 alle 18:00

Giornata esperienziale: Dom 10 Giugno - 8 ore.

Complessive 60 ore di formazione.

## IL CORSO

### 1. Modulo: Esserci in prima persona

Ciascuno apporta alle organizzazioni il proprio bagaglio di esperienza e modalità di instaurare relazioni. Il Primo modulo é pertanto imperniato sul Sé: **essere centrati su di sé, l'ascolto di se stessi, le emozioni, la comunicazione non verbale, motivazione e tornaconti.**

### 2. Modulo: Il Gruppo

L'azienda e le Organizzazioni sono entità in evoluzione, all'interno delle quali ciascuno apporta esperienza, gioca un ruolo, ha obiettivi personali e professionali. Il Secondo modulo definisce il **gruppo**, la **leadership**, i **ruoli**, il ciclo di vita di un gruppo. In tale contesto sarà dedicato focus specifico al tema della **gestione delle riunioni** e al **public speaking**.

### 3. Modulo: La Comunicazione

La comunicazione come processo per creare e mantenere **relazioni efficaci** ed ecologiche nelle organizzazioni. Il Terzo modulo fornisce la mappe teoriche di riferimento e allena alla **comunicazione assertiva**, con particolare riferimento al **riconoscere e gestire le relazioni inefficaci** (i giochi e gli errori della comunicazione) e i **conflitti**.

### 4. Modulo: Il Cambiamento

Il Quarto modulo affronta la gestione del cambiamento, con particolare attenzione ai temi dello stress e del burn-out, e orienta verso

progettualità, empowerment, mindfulness come strumenti per la condivisione di una vision comune sul posto di lavoro e la realizzazione personale.

A conclusione del percorso, una **giornata teorico-esperienziale** nella quale elaborare individualmente i contenuti e acquisire maggiore consapevolezza di sé nel gruppo, attraverso l'approccio sistemico-relazionale.

## CHI E' IL COUNSELOR

Il Counselor lavora sulla salute e sul **benessere psicofisico, orienta, sostiene e sviluppa le risorse della persona**. Il suo intervento é focalizzato **soprattutto sul presente e sulle potenzialità di ciascuno**.

Attraverso l'**ascolto empatico** e la **relazione interpersonale**, il Counselor agevola e sostiene l'individuo nel processo di consapevolezza per una maggiore autonomia rispetto alle proprie scelte di vita.

Il Counselor non fa terapia, né formula diagnosi, ma **sollecita la persona a ritrovare la propria creatività, l'entusiasmo, la determinazione ad attivare le proprie abilità e realizzare le proprie aspirazioni**, a capirsi meglio e ad avere maggiore stima di sé, a comprendere quali siano le scelte decisionali importanti per la propria vita, a modificare i propri comportamenti inadeguati e insoddisfacenti, a favorire il dialogo e a stabilire rapporti più positivi.

**L'attività di counseling é regolata dalla legge n°4 del 14.01.2013**

## INFORMAZIONI E ISCRIZIONI

Il corso é soggetto a colloquio conoscitivo degli interessati e a numero minimo di partecipazione.

Per informazioni e per fissare il colloquio: [aspicmilano@libero.it](mailto:aspicmilano@libero.it) o tel. 02 70006555.

Quota di partecipazione:  
€ 730,00 iva inclusa + € 65,00 quota iscrizione all'Associazione ASPIC Milano  
Possibilità di rateazioni dietro richiesta.  
Il corso si tiene a Milano città.

