



Corso di Specializzazione

INTELLIGENZA EMOTIVA E LEADERSHIP

Premessa

In un mondo lavorativo in continua evoluzione, ai manager viene richiesto di utilizzare abilità trasversali nella gestione della leadership, ovvero abilità strutturate di tipo emotivo comunicazionale e relazionale che consentano di risultare maggiormente coerenti, performanti e focalizzati nel proprio ruolo e che possano creare ambienti di lavoro che riescano a fare sentire i collaboratori motivati, apprezzati e degni di fiducia.

Il corso di specializzazione **INTELLIGENZA EMOTIVA E LEADERSHIP** utilizza il modello operativo WellBe che agisce sulle dimensioni di gestione emotiva comunicazionale relazionale e sulla dimensione di motivazione al cambiamento.

Questa unione mette in comunicazione le dimensioni individuali con le richieste del ruolo e permette ai manager di tradurre le loro competenze emotive in coerenti strategie di leadership.

Obiettivi

Il corso di specializzazione INTELLIGENZA EMOTIVA E LEADERSHIP raggiunge i seguenti obiettivi:

- Agisce sulla consapevolezza del ruolo perché ne delinea la cornice e le potenzialità
- Migliora la percezione del ruolo perché connette competenze emotive individuali e professionali che creano una leadership autorevole
- Elabora strategie emotive e comunicazionali per relazionarsi con il proprio team
- Migliora la performance organizzando le risorse emotive, relazionali e comunicazionali evitando la dispersione di energie
- Aggiunge direzione all'azione
- Migliora la resistenza allo stress

Durata e Destinatari

Il corso di specializzazione **INTELLIGENZA EMOTIVA E LEADERSHIP** è indirizzato esclusivamente a figure aziendali quali Manager, Imprenditori e Responsabili che desiderano approfondire specifiche competenze di business, acquisire competenze di leadership e rafforzare i propri punti di forza per gestire organizzazioni e accelerare il proprio percorso di crescita professionale.

Il corso prevede un percorso individuale personalizzato di formazione e consulenza al ruolo da 4 incontri da un'ora cadauno.

Le iscrizioni saranno tenute in considerazione in base all'ordine di arrivo.

Per maggiori informazioni circa le modalità di partecipazione si prenda visione della scheda di iscrizione scrivendo a stella.bonato@peoplewellbe.it

Metodologia

La metodologia formativa è implementata con esercitazioni e casi studio, al fine di apprezzare le ripercussioni pratiche dei singoli moduli formativi.

Per ogni incontro verranno fornite slide, video ed altri materiali utili, per permettere ai corsisti di possedere tutte le nozioni e strumenti visti in aula.

La formazione sarà in modalità sincrona attraverso piattaforma Zoom.



Corpo docente



Manuela Rossini

Psicologa delle Organizzazioni e del Lavoro, Corporate & Business coach, Counselor professionista. Formatrice e consulente senior nel settore della Psicologia del Lavoro



Federica Cominelli

Psicologa del Lavoro, Counselor professionista, formatore sui temi legati al Benessere Organizzativo, Intelligenza Emotiva e Leadership

Contenuti del Corso

**LA LEADERSHIP
SITUAZIONALE
EMOTIVAMENTE
INTELLIGENTE**

nascita e sviluppo di un team

**L'INTELLIGENZA
EMOTIVA COME
INCUBATORE DI
BENESSERE**

consapevolezza e assertività

**L'INTELLIGENZA
EMOTIVA COME
INCUBATORE DI
BENESSERE**

empatia e relazioni

**LA LEADERSHIP
SITUAZIONALE
EMOTIVAMENTE
INTELLIGENTE**

motivazione e maturità
del team

**TIME MANAGEMENT E
DELEGA EFFICACE**

pianificazione e gestione
delle priorità

**PROBLEM SOLVING E
DECISION MAKING**

generare alternative e
decidere con strategia

**TECNICHE DI
RILASSAMENTO E
MIDFULNESS**

imparare a gestire lo stress

LA LEADERSHIP SITUAZIONALE EMOTIVAMENTE INTELLIGENTE

nascita e sviluppo di un team

La leadership è un vero e proprio processo tramite cui la figura del leader riesce a coinvolgere, motivare e stimolare i membri del proprio team verso la realizzazione di finalità condivise di business, attraverso la piena promozione del loro potenziale. Il leader è in grado di promuovere un'energia positiva nel gruppo, generare un buon clima organizzativo e creare empowerment nel proprio team.

Per ottenere una leadership positiva e di successo, è fondamentale saper utilizzare la competenza di intelligenza emotiva per comprendere il contesto ed analizzare il livello di maturità dei propri collaboratori. Pertanto la chiave di lettura consiste proprio nell'utilizzo delle competenze emotive e situazionali di leadership calate funzionalmente sulle caratteristiche del proprio team e nell'organizzazione di appartenenza.

L'INTELLIGENZA EMOTIVA COME INCUBATORE DI BENESSERE

consapevolezza e assertività

Questa competenza è l'abilità nel discernere e classificare le emozioni sul lavoro implicate nello stile di comunicazione e la capacità di autovalutazione in merito alle proprie risorse interiori, ai limiti ed alle abilità. Possedere intelligenza emotiva e gestire le proprie emozioni declinandole in competenze comunicative, relazionali e di leadership porta ad un miglioramento dell'ambiente lavorativo aumentando il benessere aziendale ed incidendo fortemente sul binomio benessere/performance individuale e di team.

Questo modulo è utile per allenare:

- Il nostro livello di abilità nel riconoscere le emozioni e quali effetti hanno sulla comunicazione e sul comportamento.
- Il nostro livello di assertività nel comunicare opinioni, punti di vista e nella presa di decisioni in relazione al lavoro.

L'INTELLIGENZA EMOTIVA COME INCUBATORE DI BENESSERE

empatia e relazioni

Questa competenza è presente nelle relazioni sociali ed è l'abilità di elaborare all'interno dell'ambiente di lavoro, un buon grado di empatia, sviluppando abilità di cooperazione e collaborazione. Grazie alle competenze emotive riusciamo ad orientarci nelle nostre scelte e nelle decisioni quotidiane.

Questo modulo è utile per allenare:

- Il nostro livello di abilità nell'ascolto per creare un ambiente di lavoro sereno e proficuo
- Il nostro livello di abilità nell'anticipare, riconoscere e soddisfare le esigenze del cliente/utente interno/esterno
- Il nostro livello di abilità nella relazione per collaborare e cooperare nel raggiungimento di obiettivi comuni



LA LEADERSHIP SITUAZIONALE EMOTIVAMENTE INTELLIGENTE

motivazione e maturità del team

Nessun singolo stile di leadership è universalmente applicabile o intrinsecamente migliore di un altro. I leader efficaci adattano il proprio stile alla natura del compito e alle caratteristiche delle persone in esso coinvolte. E' necessario inoltre comprendere a quale stadio di maturità è giunto il proprio team per applicare le giuste leve motivazionali.

Questo modulo è utile per allenare:

- Comprendere quali e quanti stili di leadership esistono
- La versatilità nello stile di leadership, contesto e persone
- Quale stile di leadership necessitano i miei collaboratori
- Come applicare la mia leadership in relazione al contesto ed alle persone presenti nel mio team



TIME MANAGEMENT E DELEGA EFFICACE

pianificazione delle deleghe e gestione delle priorità

Il Time Management è un processo di pianificazione e controllo del tempo, per aumentare l'efficacia, l'efficienza e la produttività.

Acquisire gli strumenti utili per una buona gestione del tempo, favorisce l'organizzazione del proprio lavoro, di quello del team ed agisce positivamente sul benessere. Parallelamente acquisire e comprendere le modalità per esercitare la delega e le sue fasi è fondamentale per agire una leadership efficace.

Questo modulo è utile per allenare:

- La capacità di organizzazione, di pianificazione e controllo delle attività
- La capacità di gestire il proprio tempo e quello del proprio team
- La capacità di classificare priorità e urgenze in base a strumenti e strategie efficaci
- La capacità di agire una delega chiara ed efficace in termini di gestione del tempo e crescita dei collaboratori

PROBLEM SOLVING E DECISION MAKING

generare alternative e decidere con strategia

Problem solving significa letteralmente ‘risoluzione di problemi’, ovvero la migliore risposta possibile a una determinata situazione. Ma non tutti siamo efficaci nello stesso modo nel risolvere situazioni, ci sono persone più reattive, altre più riflessive; persone che sono capaci di aguzzare l’ingegno, e altre che vedono i problemi, ma faticano a razionalizzare una soluzione. Il leader è chiamato costantemente a prendere decisioni, pertanto, la capacità di farlo assumendosi le proprie responsabilità, risulta fondamentale nella gestione di attività e collaboratori.

Questo modulo è utile per allenare:

- La capacità di analisi di un problema
- La capacità di scegliere tra diverse soluzioni
- La capacità di ponderare le proprie scelte
- La capacità di trovare soluzioni alternative

TECNICHE DI RILASSAMENTO E MINDFULNESS

imparare a gestire lo stress

Il rilassamento progressivo di Jacobson è una tecnica di rilassamento muscolare che si basa sull'idea che il rilassamento fisico possa portare a un rilassamento mentale, contribuendo a ridurre lo stress e migliorare il benessere nel suo complesso. L'esercizio consiste nel rilassamento consapevole e graduale dei vari gruppi muscolari del corpo, concentrandosi sul rilascio delle tensioni accumulate..

La Mindfulness invece rappresenta un metodo ampiamente diffuso per gestire lo stress e rigenerare le risorse cognitive ed emotive; ci aiuta a radicarci nel momento presente, sviluppando una maggiore consapevolezza di noi stessi, dei nostri pensieri e delle nostre emozioni. Attraverso esercizi e tecniche pratiche, impareremo come integrare la mindfulness nella vita quotidiana per favorire una gestione più efficace dello stress, migliorare la concentrazione, promuovere il benessere mentale e fisico, nonché sviluppare una maggiore resilienza di fronte alle sfide quotidiane.

PER INFO E ISCRIZIONI

stella.bonato@peoplewellbe.it

Dott.ssa Stella Bonato
Responsabile Education
PEOPLEwellBe