



## **PROGETTO: 399-0001-1243-2021: L3 – RESILIENTI**

### **MODULO: EMOZIONI E GESTIONE DEI CONFLITTI**

*Il percorso, caratterizzato da una forte componente esperienziale, si propone di fornire ai partecipanti gli strumenti per comprendere, capire e imparare a gestire le proprie emozioni e quelle degli altri.*

#### **Calendario**

10 settembre 2022 orario 9.00-13.00  
24 settembre 2022 orario 9.00-13.00

**Totale Ore:** 8

**Sede:** Unis&fLab, Via Venzone 12 – Treviso

#### **Obiettivi**

Le emozioni sono una componente centrale dell'esperienza umana e sono alla base dei comportamenti. Quotidianamente nelle organizzazioni capita di pianificare strategie e progettare processi con la massima accuratezza, per poi vederli zoppi o solamente perché non si è stati in grado di governare al meglio le emozioni degli attori coinvolti o di prevederne l'insorgenza e gli esiti. Alla luce di questo diventa fondamentale capire cosa siano le emozioni, quale sia il modo migliore per gestirle e il tipo di impatto che potrebbero avere all'interno non solo di aziende e organizzazioni ma anche nella quotidianità di ciascuno.

I conflitti sono inevitabili in qualsiasi contesto della vita quotidiana delle persone, per questo bisogna essere in grado di riconoscerli, gestirli e risolverli in chiave positiva. E' importante vederli come espressione di visioni differenti e viverli come momenti di crescita individuale, o come possibilità di migliorare le proprie relazioni attraverso strumenti di comunicazione efficace. Il requisito legato alla capacità di gestire i conflitti diventa un punto di differenziazione tra l'essere un buon leader e il non esserlo. Lavorare in team significa spesso trovarsi nella condizione di affrontare momenti di scontro o divergenza di opinioni tra collaboratori, saper sfruttare questi naturali momenti perché diventino occasione di crescita e di generazione di idee è una grande opportunità di sviluppo per una persona. Il percorso, caratterizzato da una forte componente esperienziale, si propone di fornire ai partecipanti gli strumenti per comprendere, capire e imparare a gestire le proprie emozioni e quelle degli altri.

#### **A chi è rivolto?**

L'intervento è rivolto ad occupati, con particolare attenzione a lavoratori over 54, operanti a tutti i livelli in azienda, disponibili a frequentare le attività formative al fuori dall'orario di lavoro. Potranno essere coinvolti anche titolari d'impresa, coadiuvanti d'impresa, liberi professionisti, lavoratori autonomi operanti sul territorio regionale e coinvolti in percorsi dedicati a tematiche diverse dal settore di attività di appartenenza.

L'attività è destinata ai lavoratori operanti a tutti i livelli (dal dirigente alle figure operative di produzione) che intendano acquisire le conoscenze e gli strumenti per gestire al meglio le emozioni sul luogo di lavoro, sapendole riconoscere e analizzare, sperimentando diverse tecniche utili da mettere in pratica nel proprio contesto lavorativo e nella propria vita.

#### **Programma**

- Cosa sono le emozioni
- Emozioni e comportamenti nelle organizzazioni
- Emozioni primarie e management
- Emozioni e neuroscienze: gli automatismi cerebrali che guidano i comportamenti
- Emozioni e difese: favorire il cambiamento
- Emozioni e gestione dell'ansia
- Gestire l'ansia con il riposizionamento emotivo
- Tecniche per disinnescare la collera
- Emozioni e creatività: progettare un ambiente che favorisca l'innovazione
- I metodi utili a creare e migliorare il clima aziendale



- Gli stili inefficaci di relazione
- Le tecniche di gestione dei conflitti

**Docente: Luisa Perotti** - Docente IUSVE, psicologa e formatrice in area organizzazione e risorse umane

### **Modalità adesione**

Per iscriversi è necessario compilare la **domanda di partecipazione** che deve essere trasmessa **entro e non oltre il 29 luglio 2022**.

L'ammissibilità all'intervento avverrà sulla base della documentazione attestante i requisiti, nel rispetto del numero di allievi massimo ammissibili e della composizione del gruppo di allievi. Le richieste verranno accolte in base all'ordine temporale di arrivo fino a copertura dei posti disponibili. **Si terrà conto dell'ordine di arrivo della domanda di partecipazione e verrà data priorità ai destinatari over 54.**

Unindustria Servizi & Formazione Treviso Pordenone Scarl attiverà i corsi al raggiungimento del numero minimo di partecipanti previsti in possesso dei requisiti richiesti.

**Ricordiamo che la frequenza è obbligatoria**