

Comunicazione

Comunicazione come strumento della relazione.
Essenzialità e ridondanza della comunicazione.
Modalità della comunicazione in diversi contesti.

Comunicazione interpersonale e comunicazione mediale

La tracciabilità nella comunicazione mediale: tutto ciò che scrivo sui social media è tracciabile: potenzialità e criticità. Comunicazione interpersonale e empatia.
Empatia: che cosa significa sentire insieme: limiti e potenzialità.

Comunicazione d'azienda e la responsabilità sociale

Dentro e fuori l'azienda. La comunicazione rivolta ai dipendenti: relazione tra direzione e lavoratori dipendenti.

L'importanza della comunicazione intraaziendale.

La comunicazione dell'azienda con l'esterno.

Tempo: definizione e obiettivi

Pianificare le azioni di lavoro. Conciliare le azioni di vita con le azioni di lavoro. Priorità delle azioni nel progetto di vita e nel progetto di lavoro. Il progetto di lavoro come capitolo non esaustivo del progetto di vita.

Ascolto

Ascolto di se stessi e ascolto degli altri e loro esperienze.
Consapevolezza dei limiti personali e delle proprie potenzialità. Ascolto del contesto di riferimento.
Differenza tra sentire e ascoltare. L'ascolto attivo.

Cura di sè

La cura del corpo e la cura della mente. Il riserbo come strumento di cura e di tutela della relazione con l'altro da sè. Il riserbo come tutela personale e rispetto di se stessi.

Autoanalisi

Conoscersi: punti di forza e fragilità in relazione al contesto di riferimento. Conoscere se stessi per aiutare se stessi. Autoanalisi come processo personale e in costante aggiornamento. Autoanalisi senza etichettamento. Autoanalisi e accettazione di se stessi.

Soluzioni a problemi complessi

Simulazioni di situazioni lavorative ad alta criticità.

Comunicazione verbale e non verbale.

Simulazioni ed esempi. Simulazione di un colloquio di lavoro. Simulazione di una richiesta del lavoratore al referente aziendale.

Relazioni

Il gruppo di lavoro: relazione fra colleghi; relazione con il gruppo di lavoro; relazione con il coordinatore; relazione con il Sindacato.