



Progetto Rif. PA 2008-254/FC - approvato dalla Provincia di Forlì-Cesena con Determina Dirigenziale n. 29 prot. n. 19571 del 27/02/2009 - Obiettivo 2, Asse II Occupabilità  
"Servizio specialistico di Counselling e Bilancio di Competenze presso i Centri per l'Impiego Provinciali"



**DA COSI'...**

# POTENZIAMENTO INDIVIDUALE, AUTOSTIMA

## COMPETENZE TRASVERSALI

(Atteggiamento Positivo, Ascolto attivo, Assertività,  
Gestione dei problemi e dei conflitti, Obiettivi e Decisioni,

**...A COSI'**

## PERCORSI DI GRUPPO PER UN MIGLIOR POSIZIONAMENTO SOCIO-LAVORATIVO

Percorso formativo a cadenza settimanale condotto dal Dr. Andrea Spada – Psicologo

Date programmate: Martedì 18 – 25 maggio e 1 – 8 - 15 giugno 2010 Orario: 9.00 – 13.00

La partecipazione è gratuita - limitata ai posti a disposizione (max. 15 persone)

Per iscrizioni rivolgersi al Centro per l'Impiego di Forlì Viale Salinatore 24, ( sede delle lezioni ) Tel.0543/714471 – fax 0543/714468

Sito Internet: [www.provincia.fc.it/lavoro](http://www.provincia.fc.it/lavoro) e-mail: [ciforli.plico@provincia.fc.it](mailto:ciforli.plico@provincia.fc.it)





SERIE DI INCONTRI FORMATIVI AL CENTRO PER L'IMPIEGO DI FORLÌ UTILI PER IL  
**“POTENZIAMENTO INDIVIDUALE E L'AUTOSTIMA”**

**DATE:**

**ORARIO:**

1° INCONTRO MARTEDI' 18 MAGGIO 2010	ORE 9.00 – 13.00
2° INCONTRO: MARTEDI' 25 MAGGIO 2010	ORE 9.00 – 13.00
3° INCONTRO: MARTEDI' 01 GIUGNO 2010	ORE 9.00 – 13.00
4° INCONTRO: MARTEDI' 08 GIUGNO 2010	ORE 9.00 – 13.00
5° INCONTRO: MARTEDI' 15 GIUGNO 2010	ORE 9.00 – 13.00

**DIDATTICA/CONTENUTI**

**L'intervento è finalizzato ad un recupero dell'autostima, della consapevolezza di sé, al miglioramento delle competenze trasversali: assertività, positività, ascolto attivo, intuizione, buona comunicazione, capacità di relazione, capacità organizzativa, capacità di pubbliche relazioni, gestione dei conflitti, gestione dello stress, gestione delle problematiche, presa di decisioni, *resilienza* (capacità di rispondere efficacemente alle difficoltà della vita personale e lavorativa)... al fine di un migliore inserimento socio-lavorativo dei partecipanti.**

Si utilizzeranno strumenti di analisi per l'autovalutazione e per l'eterovalutazione personale che saranno messe in relazione a quanto spontaneamente emerge nell'ambito del lavoro di gruppo. Allo scopo saranno somministrati test e altri materiali strutturati i cui risultati potranno essere restituiti (per una parte) anche singolarmente. Si prenderanno in considerazione soprattutto alcuni aspetti della personalità che saranno collegati al ruolo professionale che i partecipanti intendono perseguire e/o che potranno essere d'aiuto anche per altri aspetti collegati alle scelte in ambito professionale e ad una migliore ricerca attiva del lavoro al fine di raggiungere un miglior posizionamento socio-lavorativo.

Si approfondiranno i temi legati alla gestione del conflitto e al miglioramento delle relazioni interpersonali soprattutto nel lavoro, attraverso metodologie che affronteranno aspetti collegati all'autostima, all'assertività e all'atteggiamento positivo.

Si utilizzeranno tecniche per il controllo delle emozioni e dei sentimenti, per l'attenuazione dello stress utilizzando allo scopo eventualmente, anche tecniche di rilassamento di auto-distensione parziale e/o alcuni esercizi del training autogeno.

Saranno implementate le strategie per favorire la creatività e soprattutto per realizzare la migliore comunicazione verbale, para-verbale e non verbale nell'ambito delle relazioni interpersonali.

Si utilizzeranno strumenti didattici utili a stimolare strategie di apprendimento per il conseguimento degli obiettivi personali e per potenziare gli aspetti legati all'*armonizzazione*, alla *disciplina interiore* e alla *perseveranza* (necessaria al mantenimento della motivazione nell'azione relativa al progetto professionale e alle visioni organizzative orientate alla qualità).