



Attività Formativa Laboratoriale



**BEHAVE
YOURSELF!**

Laboratori
Sviluppo Soft Skills
I e II



A.A. 2019/2020

Soft Skills: le competenze che fanno la differenza



- Le Soft Skills sono le competenze *trasversali*, ossia quelle **capacità utilizzate da ciascuno di noi** per interagire con l'**ambiente** sociale e fisico.
- Sono abilità che influenzano il nostro stile di studio e di lavoro e **condizionano fortemente i nostri risultati**.
- Le Soft Skills **si allenano!**
E più si sperimentano e più ci sostengono e ci aiutano a raggiungere i nostri obiettivi personali, rendendoci la vita più facile.

Soft Skills: le Aziende ci vanno matto



- Le Soft Skills occupano un **posto importante** nel curriculum vitae.
- **I recruiter le ricercano** e dedicano molto tempo alla loro valutazione durante i colloqui di selezione.
- **Le Aziende si aspettano** di vedere agite correttamente le abilità personali che consentono di raggiungere **i risultati aziendali**.
- Per tutti questi motivi dobbiamo **imparare a «comportarci bene»!**

Soft Skills II

(studenti primo anno lauree magistrali AFC, EIS, MAN)

Come funziona



- **Un Laboratorio** dedicato a **70** studenti DIEC del **primo anno delle lauree magistrali AFC, EIS, MAN**
- Si impara un **metodo** e si utilizzano strumenti pratici
- **12 ore** (**6** sessioni da **2 ore**) di impegno in **aula** nell'anno accademico + **15 ore di lavoro personale** in autonomia per esercitarsi
- **Non ci sono esami**, saranno i risultati personali nel tempo a dare un «voto»!
- Ai soli studenti che avranno frequentato **almeno 4 sessioni in aula (8 ore)**, **consegna di attestato** finale di certificazione delle competenze allenate, da allegare al proprio cv

Il percorso



Kick off (2 ore)
impariamo le basi del metodo

Approfondimento della soft skill 1
(2 ore)

Approfondimento della soft skill 2
(2 ore)

Approfondimento della soft skill 3
(2 ore)

Approfondimento della soft skill 4
(2 ore)

Chiusura (2 ore)
Strumenti per il metodo a regime, cerimonia conclusiva e consegna attestati

Sperimentazione in autonomia
(esercizi, tentativi, errori e successi)

15 ore

Soft Skills II

Le competenze approfondite



**Comunicazione
avanzata:
il feedback**

**Riconoscere e
gestire i conflitti e
gestire lo stress
nelle relazioni di
potere**

**Leadership
&
Followership**

**Fare emergere il
proprio valore nei
colloqui di
selezione**

Soft Skills II

Il lavoro in autonomia



Sviluppare le soft skills richiede motivazione, determinazione e un allenamento costante, anche se solo di pochi minuti al giorno.

Per questo motivo, oltre alle lezioni in aula, nelle quali viene trasmesso un metodo per lo sviluppo e si analizzano in dettaglio alcune competenze specifiche, il Laboratorio offre agli studenti la **possibilità di allenarsi anche in autonomia** con circa **15 ore** di lavoro per conto proprio nel corso dell'anno, con **l'ausilio di esercitazioni e strumenti specifici**.

Non sono previsti controlli sull'effettivo svolgimento di questo lavoro, proprio come nessuno controlla se nella vita teniamo fede ai nostri impegni e propositi oppure no....

La Docente



I Laboratori sono condotti da [Laura Strazzeri](#), consulente e formatrice aziendale, Professional Coach, Master Practitioner NLP, Expert Trainer Counselor, esperta indipendente della Commissione Europea e docente di corsi integrativi universitari.

Dopo la Laurea in Economia ed un Master in Logistica ha sviluppato la sua carriera in azienda, ricoprendo ruoli di direzione risorse umane e realizzando programmi di guida, sviluppo e motivazione di team aziendali e di gruppi di lavoro in contesti diversificati.

Nel 2010 fonda QUANTUM Choice, network e metodo di coaching con cui realizza programmi e interventi a supporto delle organizzazioni e delle persone nei loro momenti di cambiamento, di riconversione, di rilancio, di sviluppo e di voglia di ri-contattare il proprio vero talento.