

Corso di Specializzazione

PERFORMANCE MANAGEMENT



PEOPLE
wellBe

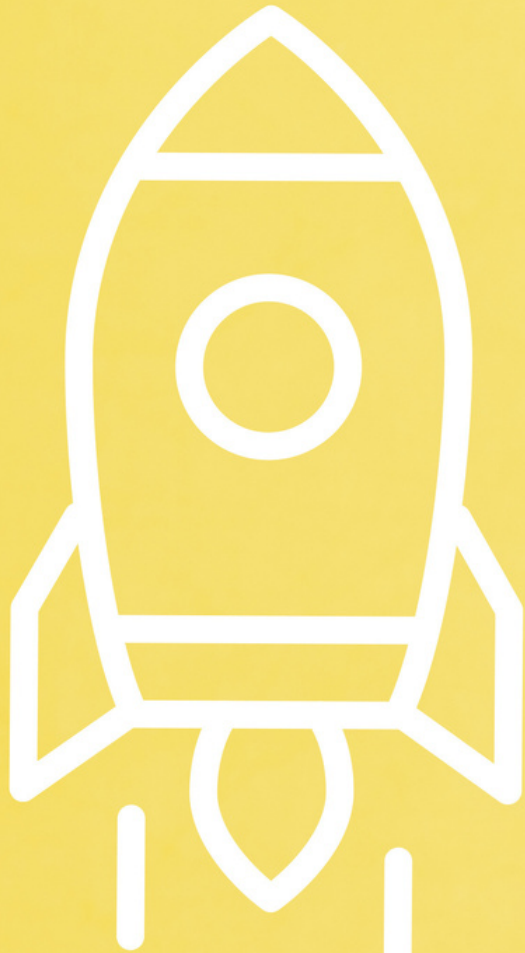


Descrizione

La performance al lavoro si riferisce alla capacità di un individuo di svolgere efficacemente le proprie responsabilità e compiti all'interno di un contesto professionale. Essa è influenzata da una serie di fattori, tra cui competenze, motivazione, ambiente di lavoro, rapporti interpersonali e supporto organizzativo. Una performance ottimale non è solo misurabile attraverso risultati, ma riflette anche la qualità del lavoro e la capacità di raggiungere gli obiettivi stabiliti.

Comprendere e migliorare la performance al lavoro è fondamentale per il successo individuale e l'efficacia di un'organizzazione. Inoltre, è importante riconoscere che ogni individuo porta con sé un insieme unico di abilità, che richiedono un approccio personalizzato per massimizzare il loro contributo. Infatti, riconoscere e esprimere il valore che si apporta in un contesto organizzativo rispetto alle altre persone che lo popolano è decisivo.





Obiettivi

- Comprendere l'importanza della definizione di obiettivi chiari e misurabili nel contesto lavorativo
- Apprendere strategie per coltivare un clima di lavoro positivo e costruttivo e un'alta prestazione lavorativa
- Imparare a riconoscere, comprendere e gestire le proprie emozioni e quelle degli altri sul posto di lavoro, migliorando le abilità di comunicazione emotiva
- Sviluppare tecniche utili a riconoscersi e a connettersi con sé stessi partendo dal proprio respiro per restare nel qui e ora
- Comprendere il concetto di "stato di flow" e come esso possa migliorare la produttività e la soddisfazione lavorativa
- Sviluppare capacità di adattamento e resilienza di fronte alle sfide organizzative

Struttura del corso

Il corso di specializzazione **PERFORMANCE MANAGEMENT** è rivolto a tutti coloro che desiderano approfondire specifiche competenze utili a rafforzare i propri punti di forza e la propria prestazione lavorativa per affrontare con maggiore consapevolezza e soddisfazione le dinamiche organizzative e accelerare la propria crescita professionale.

La formazione prevede un percorso individuale personalizzato della durata di 7 ore suddivise in 4 incontri sincroni online.

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 modulo trattato verranno fornite slide, video ed altri materiali utili, per permettere al corsista di possedere tutte le nozioni e strumenti visti in aula.

La formazione sarà in modalità sincrona attraverso piattaforma Zoom.



Docente



Federica Cominelli

Psicologa del Lavoro e dello sport, Counselor professionista, formatore sui temi legati alla Performance Lavorativa, Benessere Organizzativo, Intelligenza Emotiva e Leadership



LAVORARE PER OBIETTIVI

Comprendere l'importanza della definizione di obiettivi chiari e misurabili nel contesto lavorativo è fondamentale per il successo individuale e collettivo in un ambiente professionale. Gli obiettivi ben definiti forniscono una bussola per guidare le azioni e le decisioni dei singoli e del team.

La pianificazione aiuta a stabilire i passi necessari per raggiungere gli obiettivi, tenendo conto delle risorse disponibili e dei vincoli temporali.

Questi strumenti forniscono la struttura necessaria per tradurre l'ambizione in risultati concreti, consentendo a ciascun membro del team di contribuire al raggiungimento dei traguardi comuni.

Verranno approfondite tecniche e metodi per sviluppare l'abilità di definire obiettivi individuali e di gruppo che siano raggiungibili, efficaci e in linea con la strategia aziendale.





POSITIVITA' E PRESTAZIONE

L'atteggiamento positivo sul posto di lavoro è un elemento chiave che influisce sia sulla performance che sul benessere dei dipendenti. Quando le persone affrontano le sfide e le opportunità con un atteggiamento ottimista, sono più propense ad affrontare le sfide in modo costruttivo e ad adattarsi alle mutevoli circostanze lavorative. Questo atteggiamento positivo può anche contribuire in modo significativo al loro benessere emotivo e fisico.

Imparare a coltivare un clima di lavoro positivo è essenziale per creare un ambiente in cui le persone si sentano motivate e ispirate a dare il massimo. Coltivando l'ottimismo e promuovendo una cultura aziendale che incoraggi il positivismo, infatti, le organizzazioni possono creare un ambiente in cui i dipendenti si sentono ispirati e motivati a raggiungere il loro massimo potenziale.

In questo modulo vedremo in che modo ciascuno di noi può portare il suo contributo attraverso strategie specifiche che allenano la positività.





GESTIRE EMOZIONI E RELAZIONI SUL POSTO DI LAVORO

L'intelligenza emotiva riveste un ruolo fondamentale nel contesto professionale, influenzando le relazioni interpersonali, la leadership e il successo complessivo sul posto di lavoro. Comprendere l'importanza dell'intelligenza emotiva significa riconoscere che le emozioni non sono separate dal mondo professionale, ma anzi, svolgono un ruolo cruciale nella dinamica delle organizzazioni.

In questo modulo impareremo a riconoscere, comprendere e gestire le emozioni, sia le proprie che quelle degli altri, è un passo essenziale per migliorare le abilità di comunicazione emotiva. Inoltre, la gestione delle proprie emozioni è fondamentale per mantenere il controllo di situazioni stressanti o conflittuali, favorendo la risoluzione pacifica dei problemi per un ambiente di lavoro più armonioso e un clima più soddisfacente, promuovendo la collaborazione all'interno dei team, ottenendo risultati migliori in termini di performance.





EXECUTIVE PRESENCE: ESPRIMERE LA PROPRIA VOCE

"Executive Presence" è un concetto che gioca un ruolo significativo nell'ambiente professionale, poiché può influenzare la percezione degli altri riguardo al nostro potenziale e alla nostra leadership. Si tratta di una combinazione di qualità che vanno oltre le competenze e l'esperienza, abbracciando anche aspetti come la fiducia in se stessi, la comunicazione efficace e l'autoconsapevolezza.

Sviluppare una Presenza efficace significa innescare un processo di auto-riflessione e consapevolezza che contribuisce a esprimere il proprio potenziale in modo autentico ed efficace. Una tecnica utile per questo scopo è la pratica del riconoscersi e la connessione con se stessi attraverso la consapevolezza del respiro. Il respiro è un anello di congiunzione con il momento presente, consentendo di rimanere nel "qui e ora". Questa pratica porta a una maggiore autenticità e stabilità emotiva, elementi chiave per esprimere una Presenza convincente.





LA CONCENTRAZIONE SUL LAVORO: LO STATO DI FLOW

Il "stato di flow" è un'esperienza straordinaria in cui ci si immerge completamente in un'attività, perdendo la percezione del tempo e dello spazio. Questo stato di massima concentrazione e coinvolgimento può avere un impatto significativo sulla produttività e sulla soddisfazione lavorativa. Allenare il flow è una strategia chiave per migliorare la performance e il benessere sul posto di lavoro e in questo modulo approfondiremo cosa serve per raggiungere lo stato di flow.

Quando si sperimenta il flow:

- la produttività aumenta notevolmente, in quanto ci si trova in uno stato di massimo coinvolgimento e creatività
- la soddisfazione lavorativa migliora in quanto si tratta di un'esperienza gratificante e motivante
- gli individui si sentono realizzati e appagati, contribuendo positivamente alla loro qualità di vita professionale.





CHANGE MANAGEMENT E RESILIENZA

Nel mondo del lavoro in continua evoluzione, apprendere le competenze necessarie per gestire con successo il cambiamento è fondamentale per il successo individuale e organizzativo. Il cambiamento è una costante, e la capacità di adattarsi e guidare efficacemente il cambiamento è un'abilità altamente apprezzata.

Apprendere a gestire con successo il cambiamento richiede competenze specifiche, come la comunicazione efficace e la pianificazione strategica, nonché lo sviluppo di capacità di adattamento e resilienza.

L'adattamento implica la capacità di modificare le proprie abitudini e pensieri per affrontare nuove sfide e la resilienza permette di affrontare le avversità con determinazione e di recuperare rapidamente da esse.

Chi possiede queste abilità è più preparato per affrontare le sfide organizzative e prosperare in un mondo del lavoro in costante mutamento.



PER INFO E ISCRIZIONI

stella.bonato@peoplewellbe.it

Dott.ssa Stella Bonato
Responsabile Education
PEOPLEwellBe