

presenta

LAV-ORIENTA LAB

LABORATORIO ESPERIENZIALE DI ORIENTAMENTO ALLE SCELTE PROFESSIONALI

PER ASCOLTARE LA TUA ASPIRAZIONE E "DARLE GAMBE"

Per realizzarci nel mondo del lavoro è indispensabile avere una "direzione" ed acquisire piena consapevolezza su "chi siamo" e su "cosa vogliamo" veramente.

Questo permette di spendere le proprie energie in modo più produttivo, e aiuta a fare le proprie scelte nel modo più consapevole, quando queste si presentano all'orizzonte.

Partecipando a questo laboratorio aumenterai la tua auto-consapevolezza su ciò che ti motiva, sui tuoi valori e sulle tue priorità; metterai bene a fuoco le tue competenze, le tue capacità, le tue risorse e capirai come fare a valorizzarle, vedrai chiaramente i tuoi punti di forza e le tue aree di miglioramento; comprenderai quali possono essere gli ostacoli "interni" o esterni che possono frenare la tua auto-realizzazione e individuerai delle strategie per superarli. Potrai infine stabilire i primi passi e le prime azioni verso il futuro che veramente desideri

Questo laboratorio di due giornate ti darà quella consapevolezza, motivazione e convinzione che sono indispensabili per poter dare la giusta direzione alla tua vita professionale

ALLA FINE DEL LABORATORIO AVRAI:

- aumentato la tua auto-consapevolezza, e scoperto qualcosa di importante su di te, su cosa ti motiva e su cosa ti rende unico
- realizzato un bilancio delle tue competenze, e acquisito piena consapevolezza sulle tue potenzialità, sui tuoi punti di forza e sulle tue aree di miglioramento
- compreso cosa può favorirti o ostacolarti nella ricerca di una professione a te congeniale
- preso coscienza di quali bisogni e leve motivazionali sono per te prioritari nella scelta di un lavoro
- appreso un metodo decisionale coerente ed efficace, in grado di orientarti nella scelta tra diverse professioni
- Stabilito i primi passi verso un obiettivo per te veramente motivante
- appreso alcuni principi basilari per saper valorizzare e "vendere" le tue competenze e motivazioni in un Curriculum Vitae e in un colloquio di lavoro
- appreso una modalità di comunicazione empatica, autorevole ed efficace che potrai utilizzare sia nei colloqui di lavoro che in altre situazioni della tua vita

Il laboratorio che ti proponiamo è molto più di un corso:

- Si avvale delle più avanzate metodologie di coaching, apprendimento cooperativo e P.N.L., integrate sinergicamente tra loro, per permetterti di raggiungere ottimi risultati in poco tempo
- E' stimolante e interessante: si privilegerà una modalità interattiva utile a rendere il laboratorio uno spazio dove sperimentare, riflettere individualmente, confrontarsi in gruppo
- E' un training personalizzato: il gruppo ristretto permette di seguire in modo individualizzato i singoli partecipanti

PROGRAMMA del Laboratorio

il programma è flessibile e verrà adattato alle esigenze e alle motivazioni dei partecipanti al corso

- LA MATRICE VALORIALE: *cos'è veramente importante per te?*

In questo modulo metterai a fuoco la tua *matrice valoriale* (l'insieme dei valori e delle motivazioni per te veramente importanti): disporrai così di una "bussola" interiore che ti permetterà di indirizzare le tue energie in modo più consapevole e appagante, e di fare le scelte che servono al tuo percorso in modo più rapido. Metterai a fuoco quali sono le regole che implicitamente adotti per ricercare soddisfazione e energia nella tua vita. Potrai allinearti sui tuoi valori, superare il peso di alcune abitudini improduttive, e stabilire degli obiettivi che siano per te veramente motivanti.

- LE TUE POTENZIALITÀ E I TUOI "DONI": *scopri la tua unicità*

Imparerai a riconoscere le tue potenzialità che ti rendono unico, che tendi in genere a dare per scontate: in particolare le tue qualità e i tuoi "doni", cioè il modo in cui scambi energia con gli altri. Comprenderai l'importanza di ricevere e offrire feedback agli altri. Imparerai inoltre alcune strategie e atteggiamenti che ti aiuteranno a utilizzare sempre a pieno il tuo potenziale; riuscirai a sintonizzarti su una "cornice" di abbondanza per riuscire a dare il meglio di te stesso anche nei momenti critici

- LOCUS OF CONTROL: *le possibilità nascono dal pensiero*

comprenderai qualcosa di importante sulle tue credenze e sul ruolo che queste esercitano nella tua vita, nel permetterti o nell'impedirti di raggiungere i tuoi obiettivi. Le nostre convinzioni creano di fatto la nostra realtà: per l'ontologia del linguaggio sono "dichiarazioni generatrici di realtà". Attraverso questo modulo diventerai più consapevole delle tue convinzioni personali, e potrai ampliare i confini di ciò che ritieni "possibile", per permetterti con maggior facilità di raggiungere il tuo obiettivo auto-realizzativo di lavoro e di vita

- INVENTARIO DI HOLLAND: *quali lavori ti attraggono e perché?*

attraverso un questionario potrai capire quali sono le professioni verso le quali ti senti maggiormente motivato e attratto, diverrai consapevole delle rappresentazioni spontanee che hai del mondo del lavoro e comprenderai meglio perché hai certe motivazioni anziché altre, cioè da quali paradigmi dipendono

- I TUOI BISOGNI, LA PIRAMIDE DI MASLOW

attraverso un questionario acquisirai consapevolezza sui tuoi bisogni prevalenti che intendi soddisfare attraverso il futuro lavoro, e della gerarchia di importanza e di priorità che questi bisogni hanno per te, per riuscire a fare scelte più consapevoli e ponderate

- "DISEGNA LA TUA VITA IDEALE": *la vita che vuoi è la vita che avrai*

per poter scegliere verso quali mete professionali dirigersi, occorre che tu rifletta su che tipo di vita vuoi veramente vivere. Attraverso un esercizio di espressione libera potrai individuare e rappresentare in modo creativo le caratteristiche della vita che ti piacerebbe vivere, e dei tipi di lavoro che ti permetteranno di viverla. Attraverso la "ruota della vita" potrai inoltre fare un bilancio di soddisfazione delle diverse aree della tua vita, priorizzandole in base alla importanza che hanno per te

- BILANCIO DI COMPETENZE: *valorizza i tuoi punti di forza e individua le tue aree di miglioramento*

farai una mappatura delle tue competenze, delle attitudini che costituiscono i tuoi "punti di forza", e capirai quali sono attualmente le tue aree di miglioramento. Comprenderai inoltre come fare a valorizzare le tue competenze in un colloquio di lavoro, o nella redazione di un Curriculum Vitae.

- COMUNICA IN MODO EMPATICO ED EFFICACE: *prima cerca di capire poi di farti capire*

Capirai come gestire al meglio un colloquio di lavoro, per riuscire a valorizzare le tue capacità e ad affermare le tue idee in un modo rispettoso ed empatico. Imparerai una modalità di comunicazione autorevole ed efficace, che ti tornerà utile anche in altre situazioni della tua vita. Imparerai ad ascoltare in modo empatico, per poter raggiungere i tuoi scopi in un clima di cooperazione

- METODO DECISIONALE: *come fare a scegliere?*

imparerai a utilizzare un metodo decisionale efficace che ti permetterà di fare scelte in un modo consapevole e ponderato. Uno strumento indispensabile ogni qual volta ti troverai di fronte a dei "bivi" e vorrai fare la scelta più giusta per te

- COMMITMENT ALL'AZIONE: *i primi passi verso il futuro che desideri*

individuierai quali sono i "primi passi" e deciderai le prime azioni che compierai verso la tua meta professionale auto-realizzativa

Metodologie utilizzate

- *Coaching* è un servizio personalizzato di facilitazione all'apprendimento che aiuta a riconoscere e a utilizzare al meglio le proprie potenzialità, e ad accrescere la propria motivazione
- *P.N.L.* (Programmazione Neuro Linguistica): serie di tecniche che permettono di modificare, attraverso il linguaggio, i propri schemi di pensiero e di comportamento, per renderli congruenti con i risultati che si vogliono raggiungere
- *Apprendimento attivo e cooperativo*: è un metodo didattico che permette di utilizzare il gruppo per generare nuove possibilità di apprendimento, coinvolgendo i partecipanti in varie attività, come generare idee, risolvere problemi, riflettere, discutere, rispondere a delle domande
- *Action learning*: è un metodo di apprendimento fondato sulla esperienza, orientato ad un agire efficace, che parte dall'analisi delle esperienze personali passate, per mantenere gli elementi che hanno permesso il generarsi dell'apprendimento, e per correggere quelli che lo hanno ostacolato

Il COACH: Daniele Mattoni

Daniele Mattoni è un life e business coach certificato dall' International Coach Federation (Associate Certified Coach), si occupa di coaching e formazione da oltre 6 anni, è membro della Federazione Italiana Coach (ICF Italia), nella quale è stato anche membro del Comitato direttivo nel biennio 2006/2008.

E' fondatore e membro della associazione "Learning Coach Studio".

E' specializzato in sviluppo personale ed evolutivo. Master practitioner in PNL; ha un background umanistico e tecnico allo stesso tempo, 2 lauree, e un perfezionamento in "Scienze della comunicazione".

Sua area elettiva è l'apprendimento esperienziale: su questo tema nel 2008 ha pubblicato, con Franco Angeli: "Gli 8 passi per apprendere ad apprendere – Coaching per l'apprendimento"

Ha 41 anni e vive a Roma.

COSA E' IL COACHING?

E' un servizio di facilitazione personale finalizzato al raggiungimento di obiettivi concreti, che aiuta a riconoscere e a utilizzare al meglio le proprie potenzialità. In che modo? Stimolando le persone a porsi "in ascolto" di se stesse, a riconoscere i propri punti di forza e a utilizzare le proprie esperienze come fonte di apprendimento

Puoi trovare ulteriori informazioni nel sito: www.learningcoach.it , oppure sul sito della Federazione Italiana Coach (ICF Italia): www.icf-italia.org

Quota di iscrizione: --

La quota include:

- 2 giornate di corso, con orario 9.30/13.30 e 14.45/18.45
- Tutti i materiali didattici del corso

Il laboratorio prevede **un massimo di 14 partecipanti**

Si accettano iscrizioni fino a esaurimento posti

PER AVERE INFORMAZIONI PIÙ APPROFONDITE CHIAMA I TEL. **065894852** OPPURE **0658301696**
OPPURE VAI SUL SITO: **<http://www.learningcoach.it>**