

---

# L'ARTE DELLA POSITIVITÀ IN AZIENDA

---

BUSINESS SKILLS

## DESCRIZIONE

---

Nella quotidianità lavorativa, caratterizzata da continui cambiamenti, difficoltà e frequenti ostacoli, si corre spesso il rischio di provare emozioni negative che possono influenzare sfavorevolmente il clima aziendale e la propria motivazione, con conseguente diminuzione della produttività.

Si può scegliere di trascorrere il tempo a lamentarsi di ciò che non va oppure decidere di accettare la situazione lavorativa e trovare delle soluzioni per il miglioramento.

Il corso si propone di fornire degli strumenti per favorire lo sviluppo di un approccio positivo e proattivo di fronte a situazioni lavorative complesse e sfidanti, cercando di portare la persona a cercare soluzioni concrete piuttosto che alibi.

## PROGRAMMA

---

## PROGRAMMA DELLA GIORNATA

### 9:00 – 9:15

Accreditamento partecipanti

### 9:15 – 12:30

Attività formativa d'aula

### 12:30 – 14:00

Pranzo

### 14:00 – 18:00

Attività esperienziale e Debriefing

I temi oggetto della formazione d'aula sono:

- Modalità personali di approccio e gestione della complessità
- Sè attuale, sè ideale e sè imperativo
- Modello del cambiamento
- Ruolo delle emozioni positive
- Pensiero positivo e benessere aziendale

L'attività esperienziale vuole coinvolgere i partecipanti in un'esperienza al di fuori delle mura aziendali, dove il coinvolgimento del corpo e delle emozioni farà da protagonista, al fine di sperimentare in prima persona e in gruppo quanto trattato durante la formazione d'aula.

La proposta esperienziale per questo modulo formativo è:

**Beach Volley:** la palla non arriva sempre perfetta, il compito di un buon giocatore è quello di trasformarla comunque in una azione efficace per la squadra, senza proteggersi con alibi e deresponsabilizzazione.

L'attività esperienziale si svolge in una specifica struttura, con istruttori qualificati; prevede un momento iniziale di briefing, l'attività vera e propria e un successivo momento di debriefing.

La proposta sportiva non è fisicamente impegnativa ed è utilizzata principalmente in chiave metaforica e formativa.

## DOCENTI

---

MenteSport

## DESTINATARI

---

Il corso è pensato per tutti coloro che desiderano attrezzarsi di maggiori strumenti per affrontare più efficacemente le sfide insite nell'esperienza lavorativa.

## REFERENTI

---

## DATE E PREZZI

---

**ATTUALMENTE DISPONIBILE SOLO PER LA FORMAZIONE IN AZIENDA**