

CORSO FAD

# **Self Empowerment: valorizzare le proprie capacità personali e professionali - FORMAZIONE A DISTANZA**

**INIZIO CORSO: giovedì 23 giugno 2022**

**DURATA: 12 ore**

**ORARIO LEZIONI: dalle ore 20.00 alle ore 23.00**

**PREZZO: 219,60 € (180,00 € + IVA)**

**FINANZIATO AL 100%**



# Panoramica corso:

Ogni lavoratore, nella propria esperienza professionale quotidiana, è solito confrontarsi con persone, dinamiche e situazioni che, in molti casi, si traducono in vere e proprie sfide. Per affrontarle non sempre sono sufficienti le competenze tecniche tipiche del proprio lavoro: ciò che può fare la differenza è il fattore umano "unico" che caratterizza la persona, l'atteggiamento e le qualità messe in atto nella gestione di ogni situazione.

Ecco che può diventare un ottimo alleato il "Self Empowerment": si tratta di quel processo di crescita e di rafforzamento in grado di aumentare il senso di potere e di fiducia della persona nelle proprie capacità. Si basa sull'incremento della stima di sé, dell'autoefficacia e dell'autodeterminazione ed è fortemente connesso con l'assertività, l'intelligenza emotiva e la capacità di definire e raggiungere i propri obiettivi personali e professionali.

Alla luce delle premesse, il corso si propone di agire sull'autoconsapevolezza che lavoratori e lavoratrici hanno di se stessi e delle proprie potenzialità, affinché non si limitino a concepire se stessi nel mero "ciò che so fare" ma possano re-immaginare la propria posizione professionale (e personale) attraverso il "ciò che posso fare".

## Obiettivi del corso:

Il corso consentirà ai partecipanti di adottare un approccio orientato all'autoconsapevolezza di sé e all'autoefficacia, passando dall'analisi delle proprie potenzialità alle strategie per tradurle in performance nei contesti personale e professionale.

## Argomenti trattati:

- Autoconsapevolezza: conoscere se stessi, diventare consapevoli di sé
- Powerless (condizioni e conseguenze)
- Padronanza: sperimentare e praticare i cambiamenti desiderati
- Progettualità verso il futuro: creare una visione positiva di sé nel futuro
- Il potere del reframing nell'elaborazione di nuove strade
- Il piano di sviluppo personale
- I fattori motivazionali e le emozioni nell'ambiente di lavoro

---

Il costo del corso, del valore di € 219,60 è totalmente finanziato dall'Ente Bilaterale Settore Terziario della Provincia di Vicenza con il contributo della Camera di Commercio di Vicenza, previa verifica che l'azienda applichi integralmente i CCNL Terziario e Turismo e il Contratto Integrativo provinciale del terziario e sia in regola con i versamenti contributivi da almeno 18 mesi, riferiti a lavoratori full-time o part-time di almeno 20 ore settimanali.