CORSO FAD

Il modello Perk nelle organizzazioni: azione e facilitazione del modello Purpose-Empathy-Resiliece-Kindness - FORMAZIONE A DISTANZA

INIZIO CORSO: **giovedì 10 novembre 2022**

DURATA: **15 ore**

ORARIO LEZIONI: dalle ore 9.00 alle ore 12.00

PREZZO: **244,00 € (200,00 € + IVA)**
FINANZIATO AL 100%

Panoramica corso:

Sempre più spesso si parla di modelli di lavoro e leadership maggiormente improntati sulla qualità dei rapporti e sul benessere dell'individuo. La produttività è infatti dipendente dalle dinamiche organizzative, e questo diventa molto evidente in tempi di perturbazione e difficoltà. Ma quali sono gli elementi alla base delle dinamiche funzionali all'interno di un'organizzazione? Il modello PERK, acronimo di Scopo, Coinvolgimento, Resilienza, Gentilezza, e inaugurato dalla University of California (Berkeley), fornisce un valido e semplice vademecum pratico e tecnico, condivisibile e praticabile in qualsiasi realtà organizzativa e aziendale.

Obiettivi del corso:

I partecipanti impareranno a:
- riconoscere i segnali individuali di benessere e malessere
- fronteggiare le emozioni negative e lo stress nei momenti di maggiore sollecitazione
- individuare i meccanismi di difesa propri e altrui
- comprendere il ruolo delle aspettative e dell'identità

Argomenti trattati:

• L'azione dello stress sulla psiche e sul corpo
• Meccanismi di difesa individuali e sociali
• Il ruolo dell'intento esplicito e di quello implicito
• Il funzionamento psicologico in situazioni di serenità e collaborazione
• Difendersi dallo stress: tecniche di rilassamento e strategie di gestione
• Cos'è l'empatia? I principi e le precondizioni fondamentali
• La gentilezza con se stessi e con gli altri
• Il modello PERK in pratica
• Test di autovalutazione

Il costo del corso, del valore di € 244,00 è totalmente finanziato dall'Ente Bilaterale Settore Terziario della Provincia 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.

Destinatari:

Il corso si rivolge a tutti coloro che devono gestire lo stress in contesti lavorativi.