

## Corsi in presenza in tema di

- **BENESSERE ORGANIZZATIVO**
- **GRUPPO DI LAVORO E LAVORO DI GRUPPO**
- **GESTIONE DELLO STRESS**
- **GESTIONE DEL CONFLITTO**

**DOCENTE:** Dott.ssa Manuela Rossini, psicologa.

**DURATA:** N. 3 ore per ogni modulo.

**DESTINATARI:** Dipendenti dei Comuni ed Enti locali in genere indipendentemente dalla loro posizione all'interno dell'organizzazione.

**MODALITA' DI EROGAZIONE:**

Gli Enti pubblici interessati, con un numero congruo di partecipanti, possono chiedere l'attivazione dei moduli formativi presso la propria sede oppure presso la sede di ACB.

**DATE DISPONIBILI:**

05/03/2025 – 19/03/2025 - 02/04/2025 – 16/04/2025 – 21/05/2025 e 28/05/2025.

**CREDITI FORMATIVI:** E' possibile accreditare i moduli al CROAS di Regione Lombardia.

### PER INFORMAZIONI

Per preventivi e informazioni rivolgersi alla nostra segreteria al numero

Tel 030220011 int. 3

Mail [Formazione@associazionecomunibresciani.eu](mailto:Formazione@associazionecomunibresciani.eu)

[www.associazionecomunibresciani.eu](http://www.associazionecomunibresciani.eu)



## **TITOLO: BENESSERE ORGANIZZATIVO**

### **OBIETTIVI**

A tutti coloro che necessitano lavorare in gruppo il corso analizza le dinamiche aggregative (e talvolta disgregative) tipiche dei gruppi e dei gruppi di lavoro, i ruoli che emergono all'interno di essi, le fasi di vita che un gruppo di lavoro attraversa ed evidenzia quali sono i tratti dei gruppi di lavoro vincenti attraverso l'analisi di alcuni casi.

### **PROGRAMMA**

Durante il corso sarà possibile porre domande per approfondire le materie affrontate.

- Fasi della vita di un gruppo.
- I ruoli nel gruppo.
- Relazioni e assertività.
- Trust la fiducia nel gruppo.
- Gestione del conflitto.

## **TITOLO: GRUPPO DI LAVORO E LAVORO DI GRUPPO**

### **OBIETTIVI**

A tutti coloro che necessitano lavorare in gruppo il corso analizza le dinamiche aggregative (e talvolta disgregative) tipiche dei gruppi e dei gruppi di lavoro, i ruoli che emergono all'interno di essi, le fasi di vita che un gruppo di lavoro attraversa ed evidenzia quali sono i tratti dei gruppi di lavoro vincenti attraverso l'analisi di alcuni casi.

### **PROGRAMMA**

Durante il corso sarà possibile porre domande per approfondire le materie affrontate.

- Fasi della vita di un gruppo.
- I ruoli nel gruppo.
- Relazioni e assertività.
- Trust la fiducia nel gruppo.
- Gestione del conflitto.

## TITOLO: GESTIONE DELLO STRESS

### OBIETTIVI

Il concetto di stress lavorativo si riferisce a un insieme di reazioni emotive, cognitive, comportamentali e fisiologiche, che si attivano di fronte ad aspetti avversi e nocivi del contenuto del lavoro, dell'organizzazione del lavoro e dell'ambiente di lavoro. La possibilità di acquisire conoscenze sullo stress e sviluppare e/o potenziare abilità strutturate di gestione dello stesso costituisce un fattore protettivo molto importante per poter sperimentare un buon livello di benessere personale, relazione e professionale.

### PROGRAMMA

Durante il corso sarà possibile porre domande per approfondire le materie affrontate.

- Conoscere lo stress.
- Conoscere il proprio stress.
- Stress e lavoro.
- Gestione dello stress: strategie.

## TITOLO: GESTIONE DEL CONFLITTO

### OBIETTIVI

Una cattiva gestione dell'aggressività può impattare negativamente non solo sul benessere del lavoratore, ma anche sul benessere organizzativo in termini di assenteismo, produttività, motivazione e qualità delle relazioni interpersonali. In tale ottica il corso promuove le seguenti attività:

- La capacità di riconoscere le proprie emozioni
- L'attitudine a comunicare in modo assertivo per evitare la possibilità dell'innescarsi di escalation aggressive
- La capacità di creare un buon clima relazionale, prevenendo situazioni conflittuali.

### PROGRAMMA

Durante il corso sarà possibile porre delle domande per approfondire le materie affrontate.

- Intelligenza emotiva.
- Comunicazione assertiva.
- Competenze relazionali.
- Tecniche di gestione del conflitto.