

Autostima, autoefficacia e motivazione: migliorare sé stessi

Dal 03 Novembre - dalle ore 14.00 alle ore 18.00

Obiettivi:

Durante il progetto verranno affrontate determinate tematiche che guideranno i partecipanti verso una conoscenza approfondita di sé, del sé ideale e reale e del proprio IO.

In particolare acquisiranno le seguenti competenze:

Analisi delle capacità personali e dei punti di forza

- come individuare i propri punti personali

- come trasformare limiti in risorse

Individuare le proprie strategie personali di miglioramento e costruire il proprio modello

- come aumentare le proprie qualità personali

- conoscersi per ottimizzare la propria performance

- il self building e il team building

Gestire se stessi, gestire la relazione con gli altri

- le trappole del pensiero

- le trappole dell'azione

- stratagemmi e soluzioni

- superare conflitti personali e relazionali

Il mito della motivazione

- motivazione o progettazione?

Destinatari: Personale aziendale

Contenuti:

Analisi delle capacità personali e dei punti di forza, individuare le proprie strategie personali di miglioramento e costruire il proprio modello;

Gestire se stessi, gestire la relazione con gli altri; il mito della motivazione; tecniche di miglioramento personale, unitamente a dei moduli. Esercitazioni pratiche e role play.

Docente: Dott. Efrem Sabatti

Sede: Il corso verrà svolto presso CONFAPI BRESCIA | Via Filippo Lippi 30, 25134 Brescia (BS).

Calendario:

03/11/2025 DALLE ORE 14.00 ALLE ORE 18.00

10/11/2025 DALLE ORE 14.00 ALLE ORE 18.00

17/11/2025 DALLE ORE 14.00 ALLE ORE 18.00

Costo:

Tariffa Socio Confapi Brescia

€240,00 + IVA(22%)

Tariffa Non socio Confapi Brescia

€270,00 + VA(22%)

*Corso valido anche ai fini dell'assolvimento dell'obbligo formativo delle 24 ore previsto da CCNL
METALMECCANICI*

*Per ricevere la modulistica necessaria a completare la procedura d'iscrizione compilare e inviare la
"SCHEDA DI MANIFESTAZIONE DI INTERESSE" entro il 20/10 p.v.*

SCHEDA DI MANIFESTAZIONE DI INTERESSE

da compilare e inviare via email a formazione@confapibrescia.it

AZIENDA _____

NOME E COGNOME _____

Tel. _____ *Email* _____