REALIZZATO CON IL SOSTEGNO DI

AVVISO PUBBLICO GOL REGIONE LOMBARDIA DECRETO DELLA UO MERCATO DEL LAVORO E POLITICHE ATTIVE DEL 27/05/2022 N. 7480 E SS.MM.II

FINANZIATA DALL'UNIONE EUROPEA – NEXT GENERATION UE

CRESCITA PERSONALE E COMUNICAZIONE EFFICACE: COME STARE MEGLIO CON SÉ STESSI E CON GLI ALTRI COSTRUENDO RELAZIONI DI VITA PIÙ SANE NELLA VITA PROFESSIONALE E PERSONALE (ED.3-2025 MILANO)

PRESENTAZIONE DEL CORSO

ACCREDITAMENTO ICAF

ORGANISMO DI MEDIAZIONE – Iscrizione Ministero della Giustizia n.549
ENTE DI FORMAZIONE – Iscrizione Ministero della Giustizia n.294
Accreditamento Regione Lombardia per i servizi formativi n.949
Accreditamento Regione Lombardia per i servizi al lavoro n.435
Ente con SGQ certificato ai sensi della norma UNI EN ISO 9001:2015 – Certificato n.1134

EROGAZIONE

8h webinar zoom

37h in PRESENZA a Milano, via Oldofredi 9.

PER RAGGIUNGERE LA SEDE: Milano, via Oldofredi n.9. La sede si raggiunge a piedi dalla Stazione Centrale (treno, MM1, MM3, mezzi di superficie), oppure MM3 Sondrio, MM4 Isola, MM3 Zara, MM2 Gioia, bus 60, 43, 81, 155, 728, Stazione Porta Garibaldi (treno, passante, MM2, MM4, mezzi di superficie). Comoda pista ciclabile con 2 punti BikeMI nelle vicinanze e rastrelliera nel cortile del palazzo. Gli ambienti sono conformi alla normativa per l'accesso dei disabili.

DOTAZIONI DELL'AULA: Aula 40 posti o aula 15 posti, con sedie e tavoli, lavagna interattiva multimediale (LIM) / video per proiezione, climatizzata.

REQUISITI DI AMMISSIONE

Il corso è aperto a tutti.

MODALITÀ DI ISCRIZIONE

Invio tramite email a formazione@istitutoicaf.it della seguente documentazione:

- modulo di iscrizione debitamente compilato e sottoscritto
- copia carta d'identità

sede legale: via Oldofredi 9 - 20124 Milano
t 02.67.07.18.77
formazione@istitutoicaf.it – istitutoicaf@pec.it
p.iva 12730260150
istitutoicaf.it

- copia codice fiscale

I cittadini stranieri, oltre al materiale descritto, sono tenuti ad inviare anche:

- copia permesso di soggiorno

Il modulo d'iscrizione è disponibile sul sito www.istitutoicaf.it e scaricabile sia in formato doc che pdf.

COSTI E TARIFFE

- 792,00 €
- 732,00 € corsisti e clienti ICAF
- 692,00 € (iscrizioni di almeno 3 persone, mediatori ICAF, revisori Registro)

REQUISITI DI AMMISSIONE PER FARE CORSO GRATUITAMENTE

- RESIDENZA O DOMICILIO IN REGIONE LOMBARDIA

- ESSERE DISOCCUPATI:

- **essere privi di occupazione**
- **aver rilasciato la dichiarazione immediata disponibilità al lavoro (DID)**

- oltre ai requisiti di cui sopra, deve rientrare in una delle seguenti casistiche:

- Percettori di Naspi e DIS-COLL, ADR, SFL, reddito di cittadinanza
- Persone con disabilità (da 18 anni)
- Donne da 18 anni
- Uomini da 18 anni
- Cassaintegrati
- Lavoratori dipendenti con reddito annuale inferiore a 8.145,00 €
- Lavoratori autonomi con reddito annuale inferiore a 4.800,00 €
- Persone a carico del sistema dei servizi sociali o socio-sanitari

Attenzione: la persona deve essere presa "in carico" con dote GOL e può rientrare in cluster 2, 3, 4. Diversamente, la persona può accedere al corso pagando una tariffa ridotta riservata al disoccupato.

sede legale: via Oldofredi 9 - 20124 Milano
t 02.67.07.18.77
formazione@istitutoicaf.it – istitutoicaf@pec.it
p.iva 12730260150
istitutoicaf.it

REALIZZATO CON IL SOSTEGNO DI

AVVISO PUBBLICO GOL REGIONE LOMBARDIA DECRETO DELLA UO MERCATO DEL LAVORO E POLITICHE ATTIVE DEL 27/05/2022 N. 7480 E SS.MM.II

FINANZIATA DALL'UNIONE EUROPEA – NEXT GENERATION UE

ORIGINI DELL'INIZIATIVA FORMATIVA

A detta degli utenti, alcuni degli elementi essenziali per un lavoro che possa dare soddisfazione sono il clima che si respira in azienda e lo spirito di gruppo. Cosa succede se in un ambiente di lavoro, in un contesto più o meno organizzato, in un'azienda più o meno grande, questi elementi mancano? Ne va anzitutto la salute psicofisica delle persone, nonché, in alcuni casi, la scelta di abbandonare il posto di lavoro; infine, anche gli obiettivi aziendali vengono meno. Il corso parte da queste situazioni per andare a lavorare sulla comunicazione e la gestione di sé e degli altri.

OBIETTIVI E FINALITÀ

Sviluppare conoscenze e abilità connesse alle relazioni in un contesto lavorativo organizzato, riconoscendo e gestendo le eventuali criticità nei rapporti professionali

Un corso importante per chi lavora o ambisce a lavorare nelle grandi aziende ma anche a tutti i liberi professionisti e gli autonomi che nella loro giornata lavorativa hanno a che fare con clienti e collaboratori. Gli argomenti sviluppati e le esercitazioni sono tuttavia utili, non solo nel contesto professionale ma anche in quello privato per gestire i problemi quotidiani (figli, famiglia, amici).

In particolare, gli obiettivi del corso sono:

- Migliorare l'autostima
- Accettare e gestire meglio le proprie emozioni
- Sviluppare una maggiore auto consapevolezza e fiducia in se stessi
- Comprendere e applicare tecniche di ascolto attivo
- Acquisire una comunicazione verbale, paraverbale e non verbale più efficace e consapevole
- Comprendere come applicare tecniche di negoziazione e vendita
- Migliorare le strategie di lavoro in autonomia e in equipe

DEFINIZIONE AREA, PROFILO, COMPETENZE

RELAZIONARSI IN UN CONTESTO LAVORATIVO ORGANIZZATO, RICONOSCENDO E GESTENDO LE EVENTUALI CRITICITÀ NEI RAPPORTI PROFESSIONALI (Livello EQF 3)

Il percorso formativo in questione vuole garantire ai partecipanti di sviluppare ed aggiornare le conoscenze e le abilità connesse alla competenza "RELAZIONARSI IN UN CONTESTO LAVORATIVO ORGANIZZATO, RICONOSCENDO E GESTENDO LE EVENTUALI CRITICITÀ NEI RAPPORTI PROFESSIONALI" (EQF 3) così come prevista dal Quadro degli Standard Professionali di Regione Lombardia, in relazione alla competenza trasversale sopra menzionata.

Conoscenze

- Principi della comunicazione
- Modalità e tipologie di comunicazione efficace
- Elementi di comunicazione interpersonale
- Tecniche di ascolto attivo
- Tecniche di comportamento assertive
- Tecniche di negoziazione

Abilità

- Applicare le tecniche per la gestione del processo
- comunicativo all'interno di una struttura organizzata
- Attivare le tecniche per la gestione delle relazioni
- interpersonali all'interno di una struttura organizzata
- Applicare le tecniche per l'analisi e la risoluzione di conflitti

DESTINATARI

Caratteristiche dei destinatari

Il percorso formativo si rivolge a tutti e rappresenta un'opportunità per cittadini privati, occupati, disoccupati, in cerca di nuova occupazione, ma anche a professionisti e imprese che intendono acquisire una formazione nell'ambito della comunicazione e interazione relazionale, gestione delle proprie emozioni.

Destinatari a cui è rivolto il vostro corso

- Disoccupati / inoccupati
- Lavoratori autonomi
- Professionisti
- Associazioni di ogni genere
- Imprese e società di ogni genere
- Dipendenti e collaboratori di imprese e società

COMPETENZE RICHIESTE IN INGRESSO

Nessuna competenza specifica richiesta, il corso è aperto a tutti.

DURATA DEL CORSO E PIANIFICAZIONE DELLE LEZIONI

DURATA DEL CORSO
Il corso ha durata complessiva di 45 ore.

Ore minime per avere l'attestazione e il riconoscimento di frequenza: n.34 ore (pari al 75%). Quindi 11 ore di possibile assenza.

PIANIFICAZIONE DELLE LEZIONI
Ogni lezione si terrà come da calendario (una giornata a settimana), avrà durata di 4 oppure 8 ore.

REALIZZATO CON IL SOSTEGNO DI

AVVISO PUBBLICO GOL REGIONE LOMBARDIA DECRETO DELLA UO MERCATO DEL LAVORO E POLITICHE ATTIVE DEL 27/05/2022 N. 7480 E SS.MM.II

FINANZIATA DALL'UNIONE EUROPEA – NEXT GENERATION UE

CALENDARIO

Dal 02 ottobre al 30 ottobre 2025:

Giovedì 02 ottobre 2025 (orario 09:00-13:00) PRESENZA MILANO
Martedì 07 ottobre 2025 (orario 09:00-13:00) PRESENZA MILANO
Giovedì 09 ottobre 2025 (orario 09:00-13:00 e 14:00-18:00) PRESENZA MILANO
Mercoledì 15 ottobre 2025 (orario 14:00-18:00) WEBINAR
Lunedì 20 ottobre 2025 (orario 14:00-18:00) WEBINAR
Mercoledì 22 ottobre 2025 (orario 09:00-13:00 e 14:00-18:00) PRESENZA MILANO
Lunedì 27 ottobre 2025 (orario 09:00-13:00 e 14:00-18:00) PRESENZA MILANO
Giovedì 30 ottobre 2025 (orario 09:00-14:00) PRESENZA MILANO

Frequenza obbligatoria 75% del monteore del corso (34 / 45 ore)

AZIONE FORMATIVA / PROGRAMMA

Il percorso formativo prevede i seguenti moduli formativi.

Essendo un corso molto pratico, ogni lezione prevede SIMULAZIONI, ROLE PLAY E LAVORI DI GRUPPO TRA I PARTECIPANTI, nonché redazione di elaborati specifici da parte dei corsisti e condivisione / confronto in aula su tali elaborati.

MODULO 1
RICOMINCIO DA ME

- Lavori di gruppo

- Migliorare l'autostima

- Accettare l'imperfezione

- Conoscere le emozioni, gestire i pensieri negativi e lo stress

- Gestire il senso di colpa

MODULO 2

ASCOLTO ATTIVO e COMUNICAZIONE CONSAPEVOLE

- Cosa significa ascoltare attivamente

- Che cos'è la comunicazione consapevole?

- Come migliorare la propria comunicazione?

MODULO 3

IMPARARE A VOLERSI BENE

- Lavori di gruppo

- Autoefficacia e autoconsapevolezza

- Accettare e gestire le emozioni

- Scoprire i propri talenti

- Come vivere meglio

MODULO 4

LA COMUNICAZIONE EFFICACE

- Lavori di gruppo

- Comunicazione verbale e paraverbale

- Il linguaggio del corpo come strumento di osservazione

- Empatia, sensibilità e intelligenza emotiva

sede legale: via Oldofredi 9 - 20124 Milano
t 02.67.07.18.77
formazione@istitutoicaf.it – istitutoicaf@pec.it
p.iva 12730260150
istitutoicaf.it

MODULO 5

NEGOZIAZIONE E VENDITA

- Tecniche di negoziazione

- Tecniche di vendita

- Lavori di gruppo

MODULO 6

LA COMUNICAZIONE NON VERBALE

- Definizione e funzioni

- Differenze culturali

MODULO 8

LA COMUNICAZIONE NON VERBALE

- Lavori di gruppo

- Atteggiamenti di valutazione e inganno

- Territorio, spazi personali, prossemica

- Mani, braccia, gambe e piedi come spia delle intenzioni

- Le microespressioni facciali

- Ripasso finale

METODOLOGIE E STRUMENTI

Le attività formative previste sono lezioni frontali, confronti, analisi e commento di elaborati e documenti. Verranno utilizzate di differenti tipologie di strumenti didattici in funzione dell'efficacia potenziale di ogni singolo strumento rispetto agli obiettivi e all'economia delle unità didattiche. Sono previste inoltre:

- Simulazioni e role play;
- Stesura e preparazione di elaborati
- Laboratorio creativo

Tutto il materiale di approfondimento viene distribuito durante o dopo le lezioni.

MODALITÀ EROGAZIONE E FORMAZIONE

Lezione WEBINAR ZOOM (20%)

Lezioni in PRESENZA IN AULA - Milano, via Oldofredi 9 (80%)

DESCRIZIONE MODALITÀ EROGAZIONE E FORMAZIONE

Verranno condivisi dei contenuti formativi attraverso slide, lavagne telematiche e file multimediali. Sono previste metodologie formative anche di carattere fortemente interattivo.

Presenza di un tutor d'aula che si occupa del monitoraggio delle presenze dei docenti e dei discenti e della conseguente produzione di specifici report.

In particolare verranno utilizzate le seguenti modalità formative:

- Spiegazione frontale con slide e lavagne
- Storytelling: raccontare sé stessi e la propria storia
- Feedback
- Autocasi
- Role-Play
- Esercitazioni e simulazioni di gruppo
- Preparazione di elaborati

TIPOLOGIA E MODALITÀ DI ATTESTAZIONE DELLE CONOSCENZE / ABILITA'

Attestazione di partecipazione.

Descrizione modalità di attestazione

La prova finale è finalizzata a rilasciare l'Attestato di conoscenza e abilità. Il processo previsto è stato ideato pianificando:

a. chi valuta i partecipanti: l'equipe dei formatori di ciascuna singola azione formativa presieduta dal Responsabile della certificazione delle competenze
b. oggetto della valutazione: l'acquisizione delle conoscenze e abilità stabilite in fase di progettazione (comprensiva dei suoi elementi costitutivi: conoscenze e abilità)
c. dispositivi utilizzati: quadro regionale degli standard professionali, descrizione delle prove e griglie di valutazione, Verbale finale, Attestato finale

RISORSE UMANE IMPIEGATE

- Formatori: professionisti con comprovata esperienza e competenza nell'ambito delle locazioni brevi turistiche e non turistiche extra alberghiere, declinata su diverse tematiche.
- Progettista di formazione
- Tutor
- Coordinatore didattico
- Segreteria
- Responsabile della certificazione delle competenze: responsabile del coordinamento e monitoraggio dell'equipe dei formatori dalla progettazione iniziale alla scelta delle prove; presiede le sessioni di idoneità.

DIRETTORE DELL'ENTE DI FORMAZIONE: DOTT. IVAN GIORDANO, giurista dell'economia e dell'impresa, esperto in gestione immobiliare, Responsabile scientifico dell'Ente di Formazione ICAF, autore per Maggioli Editore di testi in materia di Condominio, Contabilità Condominiale e Revisione Condominiale degli immobili.

COORDINATORE DEL CORSO: DOTT.SSA FEDERICA FULLIN (formazione@istitutoicaf.it oppure 02 67071877)

TUTOR DEL CORSO: DOTT.SSA ILARIA GALLI (ilariagalli@istitutoicaf.it oppure 02 67071877)

DOCENTI E FORMATORI: I docenti formatori sono selezionati in conformità con i requisiti richiesti da Regione Lombardia e di accertata competenza in materia. Potrebbero intervenire nel corso delle lezioni esperti qualificati per un confronto su casi pratici. In particolare in questa edizione del corso interverranno in qualità di docenti:

DOTT.SSA VALENTINA SAMBROTTA: laureata in sociologia presso l'Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano, esperta in sociologia forense e criminologia, professional counselor. Presidente dell'associazione culturale Afrodite, formatrice per diversi enti di formazione in materia di comunicazione, gestione delle emozioni; esperta di ascolto e sostegno alle vittime di violenza, tieni colloqui privati di counseling.

ISTITUTO DI CONCILIAZIONE E ALTA FORMAZIONE (ICAF)
Via Oldofredi 9 – 20124 Milano

t 02.67.07.18.77

formazione@istitutoicaf.it – istitutoicaf@pec.it

istitutoicaf.it

P.IVA 07378830967