

myways

LA SOCIETA'

My Ways è una società di consulenza per la costruzione di percorsi di sviluppo professionale individualizzati, di progetti di crescita concreti, rispondenti all'attuale mondo del lavoro.

My Ways propone approcci e metodologie innovativi che favoriscano la crescita professionale, a partire dalla soggettività di ognuno, attraverso un coinvolgimento più diretto delle persone nello sviluppo delle proprie competenze



IL TEAM DELLA CONSULENZA

Elisabetta Fiorentino

Consulente nell'area risorse umane e dello sviluppo organizzativo, si occupa di formazione e di sviluppo delle competenze trasversali mediante la formazione ed il coaching.

E' Socia di My Ways.

Federica Flick

Consulente nell'area risorse umane, si occupa di formazione e di sviluppo delle competenze trasversali mediante la formazione ed il coaching. E' counselor professionista secondo l'approccio dell'Analisi Transazionale. E' socia fondatrice di My Ways.

Marialisa Olivieri

Consulente nell'area delle Risorse Umane e dello Sviluppo Organizzativo, si occupa di sviluppo di competenze trasversali mediante la formazione e il coaching. E' counselor professionista secondo l'approccio dell'Analisi Transazionale. E' socia fondatrice di My Ways.



My Ways srl

Sede legale: Via XX Settembre 12/6, 16121 Genova

Sedi operative: Via XX Settembre 41, 16121 Genova

Tel.: 010 2515115

Fax: 010 3022809

myways

BENESSERE
nel lavoro,
con sé,
con gli altri

LE NOSTRE
EMOZIONI



Vincolo

e

risorsa

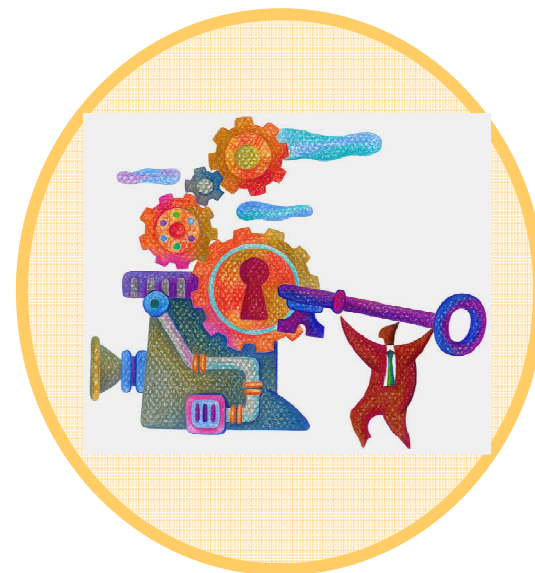
Obiettivi e metodologia del seminario

La gestione delle emozioni parte prima di tutto dalla capacità di riconoscerle e dall'acquisire consapevolezza delle nostre "corde" più sensibili. In realtà le nostre emozioni non sono solo da governare (autocontrollo), ma rappresentano anche una risorsa preziosa, che arricchisce le nostre competenze, in particolare nell'ambito della gestione delle relazioni.

Nelle situazioni sfidanti o di rischio cresce la tensione e lo stress: conoscere le proprie reazioni ed essere consapevoli del proprio stile di comportamento può aiutarci a valorizzare le nostre caratteristiche o a trovare nuove strategie più adeguate al contesto.

Con il seminario ci proponiamo di

- Favorire l'autoconsapevolezza del proprio stile e della propria esperienza nella gestione di situazioni critiche e di sfida
- Fornire delle chiavi di lettura e degli strumenti per la gestione delle emozioni e delle proprie reazioni
- Valorizzare il proprio stile ed ampliare il problem solving per affrontare le situazioni di stress



A chi è rivolto

Persone che intendono conoscere le proprie emozioni per accrescere l'impatto della loro azione professionale o sociale: professionisti, figure che operano all'interno di reti di relazioni, persone che desiderano rafforzare l'incisività e l'impatto del loro stile di comportamento rispetto al contesto in cui entrano in contatto.

Il programma

Il programma è focalizzato sui seguenti temi:

- Le nostre emozioni: limite e risorsa
- Gestire le proprie emozioni
- Acquisire consapevolezza del proprio stile di comportamento ed attivare le energie per valorizzare le nostre risorse
- Stili individuali di gestione dello stress
- Gli antidoti: cerchiamo insieme nuove opzioni

- I comportamenti che aiutano a gestire lo stress: autostima, flessibilità, progettualità

Il programma sarà preceduto da un momento di focalizzazione delle esigenze dei partecipanti in funzione delle loro attese e delle loro provenienze, per valorizzare appieno l'eterogeneità e la ricchezza del gruppo di formazione.

Il calendario degli incontri è il seguente:

SAVE
THE
DATE !

Lunedì 1 Ottobre

Lunedì 8 Ottobre

Orario: 9.00-18.00

Gli incontri si svolgeranno presso la nostra sede di Via XX Settembre 41, 3° piano, angolo Piazza De Ferrari.

Per le iscrizioni vi preghiamo di **inviare una e-mail** e vi contatteremo direttamente per la conferma.

Le adesioni saranno raccolte **entro e non oltre il 21 Settembre**

Quota di partecipazione:

Aziende e Enti: Euro 400 + IVA per partecipante.

I privati usufruiranno di una tariffa agevolata. Vi preghiamo di contattarci per avere informazioni.

Il seminario verrà effettuato sulla base di un numero minimo di 8 adesioni. Per le aziende che iscrivano ad un seminario più di 10 partecipanti è possibile, su richiesta, attivare seminari in-house con tariffe da concordare.

Contatti: mail@myways.it
0102515115

My Ways srl

Sede legale: Via XX Settembre 12/6, 16121 Genova
Sedi operative: Via XX Settembre 41, 16121 Genova

E-mail: mail@myways.it

www.myways.it

Tel.: 010 2515115

Fax: 010 3022809