

Scheda del modulo “Conoscenza di sé”

Programma di riferimento

Specialista nella direzione di un team con APF

Testo introduttivo

Per poter dirigere correttamente un team è essenziale innanzitutto conoscere bene sé stessi, il proprio modo di reagire di fronte a situazioni stressanti, il proprio approccio alla presa di decisioni, sapere quali valori influenzano il proprio modo di essere in modo da potersi interrogare criticamente sull'adeguatezza del proprio comportamento e se, necessario, apportare le misure correttive opportune.

Competenze richieste

Gli/Le specialisti/e nella direzione di un team

sono capaci di:

- riconoscere le esperienze che hanno marcato la loro persona
- confrontarsi consapevolmente, criticamente e costruttivamente con la propria immagine e quella che hanno degli altri
- valutare l'impatto prodotto sugli altri dal proprio atteggiamento e dai propri valori
- confrontarsi criticamente con i loro punti di forza e di debolezza
- riconoscere il loro schema comportamentali e i loro atteggiamenti, comprendendone l'impatto sugli altri

possiedono:

- competenze per poter analizzare la propria propensione ad assumersi responsabilità e rischi
- capacità di analisi sulla propria modalità di presa di decisione
- capacità di adattare il proprio comportamento in base alla situazione
- conoscenza della propria resistenza alle frustrazioni

sono in grado di:

- riconoscere i propri limiti
- trasformare il contenuto delle loro riflessioni in azioni concrete
- fare il punto della loro situazione personale in modo realistico, conoscendo il proprio potenziale e cercando di svilupparlo

Contenuti

- **Personalità**
 - Esperienze che hanno contribuito a marcarla
 - Valori
 - Trasparenza
 - Carisma
 - Autorità
 - Predisposizione ad assumersi responsabilità e rischi

- **Immagine di sé**
 - Relazione con gli altri
 - Zona cieca
 - Impatto delle proprie emozioni sugli altri
- **Schemi comportamentali**
 - Adattamento di fronte ai cambiamenti positivi o negativi
 - Automotivazione
 - Coraggio civile e predisposizione ad impegnarsi
 - Comportamento di fronte alle frustrazioni
 - Modalità nella presa di decisioni
 - Gestione delle proprie emozioni
- **Punti di forza**
 - Contrapposizione tra punti di forza e di debolezza
 - Capacità di lavorare in team
 - Coraggio civile e predisposizione ad impegnarsi
 - Comportamento di fronte alle frustrazioni
 - Modalità nella presa di decisioni
- **Analisi**
 - Punto della situazione
 - Piano di sviluppo personale

Durata della formazione

Il modulo ha una durata di 28 ore / lezione

Verifica delle competenze acquisite

È prevista la stesura di una relazione scritta, comprovante l'analisi della propria persona e del proprio comportamento volta ad un deciso cambiamento qualora ne fosse rilevata la necessità

Validità del modulo

La validità è di 8 anni