

COACHING & COUNSELING RELAZIONALE: Intelligenza Emotiva e Soft Skills per l'Eccellenza Professionale

Docente Daniela Filidei Castiglioni

Questo programma fornisce una solida base sui principi e sulle tecniche del counseling e del coaching, con l'obiettivo di potenziare significativamente la capacità di ascolto, comunicazione e gestione emotiva. Il corso mira a sviluppare l'Intelligenza Emotiva e l'autostima, fornendo gli strumenti necessari per rispondere con autorevolezza alle sfide del panorama professionale attuale e creando un ponte diretto tra la crescita interiore e l'eccellenza operativa richiesta dalle aziende.

Un percorso, un doppio valore:

- **Evoluzione Personale:** stimola lo sviluppo di una profonda autoconsapevolezza e resilienza emotiva.
- **Leadership Professionale:** trasforma i partecipanti in punti di riferimento autorevoli e supportivi, capaci di generare impatto positivo nei contesti organizzativi.

Il Cuore del Percorso: Soft Skills Fondamentali

Il programma integra un modulo intensivo dedicato alle competenze trasversali più richieste dal mercato, trasformandole in strumenti d'azione quotidiana:

- **Comunicazione Efficace:** Padroneggiare il linguaggio verbale e non verbale per allineare intenzione e percezione.
- **Problem Solving & Pensiero Critico:** Approcciare le sfide con analisi oggettiva e soluzioni creative.
- **Gestione del Tempo e delle Priorità:** Ottimizzare le risorse per garantire l'efficacia operativa senza stress.
- **Team Working & Leadership:** Coordinare i gruppi di lavoro ispirando fiducia e collaborazione.
- **Negoziazione & Gestione dei Conflitti:** Trasformare le divergenze in opportunità di accordo e crescita comune.
- **Creatività & Innovazione:** Sviluppare un mindset aperto per anticipare i trend e rinnovare i processi.

Obiettivi Formativi e Risultati Attesi

- **Padronanza del Coaching e del Counseling:** Integrare l'approccio orientato al risultato con l'ascolto profondo per guidare se stessi e gli altri.
- **Sviluppo dell'Intelligenza Emotiva:** Imparare a riconoscere e gestire le emozioni per farne una leva di cooperazione aziendale.
- **Traduzione della Crescita in Valore:** Trasformare il potenziale personale in competenze che impattano direttamente su produttività e armonia del team.

Oltre il Lavoro: Le competenze acquisite sono universalmente applicabili. Questo percorso non si limita alla carriera, ma eleva la qualità delle relazioni e della gestione interpersonale nella vita quotidiana.

Metodologia Didattica: L'Esperienza al Centro

ATTAL GROUP S.P.A.

Agenzia per il Lavoro
Aut. Min. Prot. N°0013582
del 03/10/2012
C.F. e P.I. 06961760722
R.E.A. Milano n° 1968033

Sede Legale

Via Marco D'Aviano, 2
20131 - Milano (MI)
Tel 02 454320 - info@attalgroup.it
www.attalgroup.it



ATTAL GROUP

Il corso adotta un approccio pragmatico: le lezioni teoriche si alternano a **esercitazioni individuali, sessioni di gruppo e simulazioni reali**. Questa metodologia favorisce l'interazione costante, permettendo di mettere subito in pratica i contenuti appresi e di verificarne l'impatto in tempo reale.

Modulo 1: Fondamenti di Counseling e Coaching

- Introduzione al Counseling e Approcci Teorici di Base
- Principi di base del coaching
- Utilizzare il coaching e il counseling nel contesto lavorativo
- Definire obiettivi SMART e piani d'azione
- Gestione delle Difficoltà

Modulo 2: Intelligenza Emotiva e Competenze Relazionali

- Cos'è l'intelligenza emotiva e perché è importante
- Riconoscere e gestire le proprie emozioni
- Autostima e fiducia in sé stessi
- Ascolto Attivo e Empatia
- Sviluppare l'empatia e le abilità relazionali
- Applicare l'intelligenza emotiva nel contesto lavorativo

Modulo 3: Soft Skills Fondamentali e Strumenti Pratici

- Comunicazione Efficace e Tecniche di ascolto attivo
- Comunicazione verbale e non verbale
- Strumenti e Tecniche Pratiche
- Problem solving e pensiero critico
- Team working e Leadership
- Negoziazione e gestione dei conflitti
- Gestione del tempo e delle priorità
- Creatività e innovazione

Modulo 4: Crescita Personale, Professionale e Sviluppo Continuo

- Definire i propri valori e obiettivi di vita
- Sviluppare un piano di crescita personale
- Superare le sfide e le paure
- Gestire il cambiamento e l'incertezza

Modulo 5: Moduli Obbligatori (8h teoria)

- D. lgs 81/08: Salute e Sicurezza sui luoghi di lavoro (4h teoria)
- Diritti e Doveri dei Lavoratori in Somministrazione (4h teoria)

ATTAL GROUP S.P.A.

Agenzia per il Lavoro
Aut. Min. Prot. N°0013582
del 03/10/2012
C.F. e P.I. 06961760722
R.E.A. Milano n° 1968033

Sede Legale

Via Marco D'Aviano, 2
20131 - Milano (MI)
Tel 02 454320 - info@attalgroup.it
www.attalgroup.it

