



*Operazione Rif. PA 2018-10799/RER co-finanziata dal FSE PO 2014-2020 Regione Emilia-Romagna
Percorsi di formazione permanente per persone non occupate, Azione 4, ambito territoriale di Modena*

Progetto 23 - FAR VALERE LE PROPRIE COMPETENZE PER LA RICERCA DEL LAVORO (EMPOWERMENT)

Contenuti del percorso

Il percorso è focalizzato sulle tecniche di empowerment, competenze necessarie per pianificare obiettivi di sviluppo, trasformando il proprio potenziale in risultati professionali concreti. La consapevolezza delle proprie conoscenze, competenze e potenzialità è una leva strategica nella ricerca del lavoro e per la crescita professionale.

In particolare i contenuti riguardano:

- Pianificare obiettivi concreti di sviluppo personale.
- Il triangolo dell'efficacia professionale: comprendere la relazione tra ruolo professionale e comportamenti.
- Distress ed eustress: pianificare la gestione emotiva delle sfide personali.
- Il legame tra sfida e competenza. Resistenza passiva vs pro attività.
- La motivazione, l'automotivazione e gli impulsi.
- Emozioni e comportamenti sul lavoro.
- Capacità di riconoscere i propri punti di forza.
- Essere consapevoli del proprio valore.
- Sentirsi a proprio agio ed essere aperti di fronte alle idee.
- Gestire il conflitto.
- I tre step dell'empowerment personale: pianificare il superamento delle interferenze a livello operativo.
- I principi del self coaching: raggiungere giorno per giorno i propri obiettivi di sviluppo proattivo. Consapevolezza, scelta, fiducia.

Durata - 16 ore.





Destinatari - Persone non occupate, in cerca di collocazione (minimo 6 – massimo 14 partecipanti).

Periodo di svolgimento - marzo 2019 / febbraio 2020.

Criteri di selezione - Non è prevista attività di selezione. L'ente di formazione che eroga il percorso effettua, tramite colloquio, la verifica di rispondenza delle necessità dell'utente agli obiettivi del percorso formativo.

Attestato rilasciato - Frequenza.

Soggetti attuatori - AECA, Associazione Emiliano–Romagnola di Centri Autonomi di formazione professionale (**Titolare** dell'operazione); **Partner**: CESCOT Modena, CNI ECIPAR, Centro Formazione Emilia, ECIPAR – Formazione e servizi innovativi per l'artigianato e le PMI, FORMART, IAL Emilia-Romagna.

Informazione e iscrizione - Contattare il numero verde 800910656 dalle 09:00 alle 13:00 dal lunedì al venerdì. Il percorso è gratuito.

