

**“TECNICHE DI AIUTO STRATEGICO”**  
**Dal 02/12/2024 dalle ore 14:00 alle ore 18:00**

**Obiettivi:**

Spesso, nella quotidianità lavorativa, capita di rimanere imprigionati all'interno di vere e proprie trappole mentali che impediscono di trovare soluzioni ai problemi. Come si strutturano, come si mantengono e soprattutto come si superano le problematiche che generano ansie, rimuginazioni, conflitti esasperanti tra colleghi e che ingenerano delle spirali progressive di tensione? Cosa hanno in comune situazioni di impasse apparentemente molto differenti tra loro? Esiste un modo per accomunare problemi diversi e trovare una soluzione comune o almeno un "semplificatore di complessità". La risposta è sì, e consiste nel lavorare attraverso l'uso delle cosiddette logiche non ordinarie, ossia modalità di affrontare il problema che escono dal quotidiano punto di vista e permettono di vedere i problemi in ottiche completamente nuove.

Lo scopo dell'intervento formativo è di analizzare alcune tra le più frequenti problematiche che invalidano, o rendono complessa, la vita professionale, come ad esempio:

- paure e difficoltà della gestione emotiva
- gestione del carico di stress
- gestione dei conflitti relazionali
- difficoltà a prendere decisioni
- superamento delle difficoltà personali

**Destinatari:**

Personale dipendente.

**Contenuti:**

- Le trappole del pensiero: ragionare troppo, pensare positivo, decidere per principio, ecc...
- Le trappole dell'azione: insistere eccessivamente, evitare, cambiare idea in continuazione, ecc...
- Stratagemmi e soluzioni: costruire visioni che facilitano il cambiamento
- Superare conflitti, paure, rimuginazioni, ansia delle decisioni
- "Cambiare costantemente rimanendo gli stessi"
- "Vincere senza combattere"

**Docente:**

Dott. Sabatti Efrem

**Calendario:**

02 Dicembre dalle ore 14.00 alle ore 18.00

09 Dicembre dalle ore 14.00 alle ore 18.00

Il corso verrà svolto presso Confapi Brescia, Via F.Lippi, 30 – 25134 Brescia

**Certificato di frequenza:**

Al termine del percorso formativo verrà rilasciato un attestato di partecipazione.

**Tariffe:**

Azienda associata Confapi Brescia

190,00€ +IVA

Azienda non associata Confapi Brescia

240,00€ + IVA

Corso valido anche ai fini dell'assolvimento dell'obbligo formativo delle 24 ore previsto da CCNL METALMECCANICI  
Per ricevere la modulistica necessaria a completare la procedura d'iscrizione compilare e inviare la  
"SCHEMA DI MANIFESTAZIONE DI INTERESSE" entro il 22/11 p.v.

**SCHEMA DI MANIFESTAZIONE DI INTERESSE**

da compilare e inviare via email a [formazione@confapibrescia.it](mailto:formazione@confapibrescia.it)

AZIENDA \_\_\_\_\_

NOME E COGNOME \_\_\_\_\_

Tel. \_\_\_\_\_ Email \_\_\_\_\_