



LABORATORI SVILUPPO DELLE COMPETENZE CALENDARIO 2023/2024

I laboratori saranno realizzati a distanza e saranno condotti dalla dott.ssa Anna Grimaldi con la collaborazione della dott.ssa Maria Antonietta Bosca e della dott.ssa Rita Porcelli.

1. Dimensioni e caratteristiche della personalità: l'importanza di conoscersi

sabato 11 novembre 2023 ore 9.30-13.30 – Anna Grimaldi e Rita Porcelli

Il laboratorio, passando in rassegna alcune caratteristiche e dimensioni di personalità, intende favorire lo sviluppo della consapevolezza riflessiva su di sé e in particolare sulle risorse interne (motivazioni, autoefficacia, apertura mentale, etc.) per implementare la maturazione di un atteggiamento e di uno stile di comportamento proattivo rispetto alla gestione della propria storia personale.

2. Le competenze per lavorare e per vivere: soft e hard skill

sabato 25 novembre 2023 ore 9.30-13.30 - Anna Grimaldi e Maria Antonietta Bosca

Sebbene il tema delle competenze costituisca una leva importante sia per gli ambienti educativi e formativi sia nelle organizzazioni lavorative, le persone, giovani e adulti, sono poco consapevoli del proprio bagaglio di competenze. Il laboratorio, attraverso giochi didattici e l'attivazione di gruppo, vuole fornire gli strumenti utili per l'approfondimento e per la consapevolezza sulle proprie risorse e competenze.

3. Significati del lavoro: bisogni e valori lavorativi

sabato 16 dicembre 2023 ore 9.30-13.30 - Anna Grimaldi e Rita Porcelli

Significati, bisogni e valori sono alla base delle nostre scelte di vita e di lavoro e determinano i nostri comportamenti. Conoscerli e saperli adattare in relazione a specifiche situazioni e contesti di vita favorisce il raggiungimento degli obiettivi che ognuno di noi si prefigge. Il laboratorio intende promuovere la riflessione sulla relazione tra significati, bisogni e valori, fattori socio-culturali e specificità individuali.

4. Stili di apprendimento e di lavoro: impariamo a riconoscerli

sabato 13 gennaio 2024 ore 9.30-13.30 -Anna Grimaldi e Maria Antonietta Bosca

Ogni persona approccia la conoscenza con un suo personale stile che varia secondo i bisogni ma anche in funzione delle esperienze passate, dell'influenza degli altri, etc. Conoscere quali sono le modalità di apprendimento (il modo in cui si acquisiscono e si



UnitelmaSapienza

Università degli Studi di Roma

elaborano le informazioni), e le proprie preferenze a riguardo, è utile sia per capire cosa maggiormente facilita le attività di studio e di lavoro sia per sperimentare canali sensoriali che potrebbero risultare più efficaci nelle situazioni formative e/o lavorative che si stanno vivendo. Il laboratorio attiverà una riflessione sull'argomento.

5. Il progetto professionale e lo sviluppo di carriera: elementi e strumenti di supporto

sabato 27 gennaio 2024 ore 9.30-13.30 - Anna Grimaldi e Rita Porcelli

In una società caratterizzata da profondi e continui mutamenti, il lavoro e la carriera hanno acquisito un significato profondamente diverso da quello di un recente passato. In tale scenario è spesso difficile orientarsi e dare significato e senso alle diverse esperienze lavorative. Il laboratorio intende supportare lo studente fornendo tutte le informazioni e gli strumenti utili ad attivare una buona ricerca del lavoro e a pensare ad un proprio progetto professionale anche in termini di sviluppo di carriera.

6. Il colloquio di lavoro: come gestire le emozioni

sabato 17 febbraio 2024 ore 9.30-13.30 - Anna Grimaldi e Maria Antonietta Bosca

Saper gestire un colloquio di lavoro rappresenta un importante biglietto di presentazione per chi si affaccia per la prima volta al mondo del lavoro o per chi si trova nella condizione di doverlo o volerlo cambiare. Il laboratorio passerà in rassegna gli aspetti principali dei vari tipi di colloqui individuali e di gruppo utilizzati cercando di dare indicazioni operative e di rispondere alle domande più frequenti che generalmente i candidati pongono.

7. La valutazione del potenziale: metodologie e strumenti

sabato 2 marzo 2024 ore 9.30-13.30 - Anna Grimaldi e Maria Antonietta Bosca

Il laboratorio, strettamente connesso al precedente sul curriculum e sul gruppo di lavoro, è un'esperienza interattiva sulle prove di valutazione del potenziale e le prove di assessment.

8. Convivere nelle organizzazioni: vincoli e opportunità

sabato 16 marzo 2024 ore 9.30-13.30 - Anna Grimaldi e Rita Porcelli

Il laboratorio tratterà il tema delle organizzazioni, passando in rassegna gli obiettivi, le strategie comportamentali, la cultura per arrivare a trattare le regole della convivenza e del benessere organizzativo.



9. Lavoro di gruppo e gruppo di lavoro: la gestione del team

sabato 6 aprile 2024 ore 9.30-13.30 - Anna Grimaldi e Rita Porcelli

Il laboratorio si propone di offrire uno spazio di approfondimento sulle caratteristiche del lavoro di gruppo e in gruppo, dalla tipologia dei gruppi di lavoro, alle dinamiche e le difese di gruppo.

10. La leadership: tipologie e caratteristiche

sabato 20 aprile 2024 ore 9.30-13.30 - Anna Grimaldi e Rita Porcelli

Il laboratorio approfondirà la dinamica delle relazioni all'interno delle organizzazioni ponendo particolare enfasi al ruolo professionale assunto e alla tematica della leadership.

11. Comunicazione e relazioni interpersonali: gli stili

sabato 11 maggio 2024 ore 9.30-13.30 - Anna Grimaldi e Maria Antonietta Bosca

L'accesso e la permanenza nei contesti lavorativi richiedono il possesso di specifiche competenze nella gestione dei processi interpersonali che si basano sulla padronanza di forme di comunicazione efficace, sulle abilità di ascolto, sulla flessibilità relazionale. Il laboratorio propone una riflessione sui principali elementi che rendono il processo di comunicazione chiaro e coerente con gli obiettivi da perseguire.

12. La gestione dei conflitti: l'importanza della negoziazione

sabato 25 maggio 2024 ore 9.30-13.30 - Anna Grimaldi e Maria Antonietta Bosca

Si fa riferimento alla modalità con cui ogni persona affronta i conflitti e le difficoltà. Le strategie variano a seconda della situazione e del momento in cui si verificano, ma in linea generale si classificano in due grandi categorie:

- quelle orientate a diminuire nell'immediato le sensazioni negative che sono alla base spesso di insuccessi;
- quelle in cui il problema viene preso in carica in maniera consapevole e attiva cercando di trasformare la conflittualità in un'occasione costruttiva di negoziazione.

L'intento del laboratorio è quello di attivare un confronto e una riflessione per aumentare le possibilità di una gestione costruttiva dei conflitti.



UnitelmaSapienza

Università degli Studi di Roma

13. Gestire il tempo tra studio, lavoro e vita: tecniche di conciliazione

sabato 8 giugno 2024 ore 9.30-13.30 - Anna Grimaldi e Maria Antonietta Bosca

La gestione dei tempi tra studio, lavoro e resto della vita è un tema complesso, che mette in gioco le diverse sfere di vita delle persone e le relazioni che esistono tra esse. La ricerca di equilibrio tra lavoro, famiglia, tempo per sé, ecc. riguarda e coinvolge l'individuo, la sua famiglia, il contesto di lavoro (l'organizzazione, i colleghi, i superiori), la società, le istituzioni e si gioca nelle continue transizioni di ruolo da un contesto all'altro. Il laboratorio si soffermerà in particolare su alcuni aspetti quali la gestione, soprattutto in termini di tempo, delle richieste provenienti dai diversi ambiti di vita, le caratteristiche e le competenze personali che ciascuno mette in campo per fronteggiare le esigenze di conciliazione.