

## SELF-EMPOWERMENT

### FINALITÀ

- Comprendere la relazione tra performance, potenziale e fattori personali alla base dei comportamenti
- Ampliare le proprie abilità manageriali, pianificando lo sviluppo di un approccio proattivo e responsabile
- Individuare e potenziare i fattori che influiscono sulla propria capacità di ottenere risultati positivi

### DATI ORGANIZZATIVI

- *Durata*: da definire in base a obiettivi e fabbisogni del cliente
- *Destinatari*: per aula max. 10/12
- *Modalità di erogazione*: alternanza teoria ed esercitazioni

### CONTENUTI

- Obiettivi, potenziale, performance: cosa accade quando ci confrontiamo con una nuova sfida
- La formula d'oro dell'efficacia personale: come e perché focalizzarsi sulla riduzione delle interferenze
- La differenza tra stimolo ed interferenza: i presupposti dell'empowerment personale
- Il circolo delle interferenze: comprendere e neutralizzare le profezie che si autoavverano
- Rettile, mammifero, uomo: tre cervelli che condizionano le nostre reazioni di fuga o attacco
- 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: strumenti per comprendere come attivare la formula d'oro dell'efficacia personale
- Lo strumento degli strumenti: lo STOP personale
- Apprendimento, performance, clima: analizzare il proprio contesto di riferimento
- Il "to do" dell'efficacia: come costruire un piano di azione a partire da domani