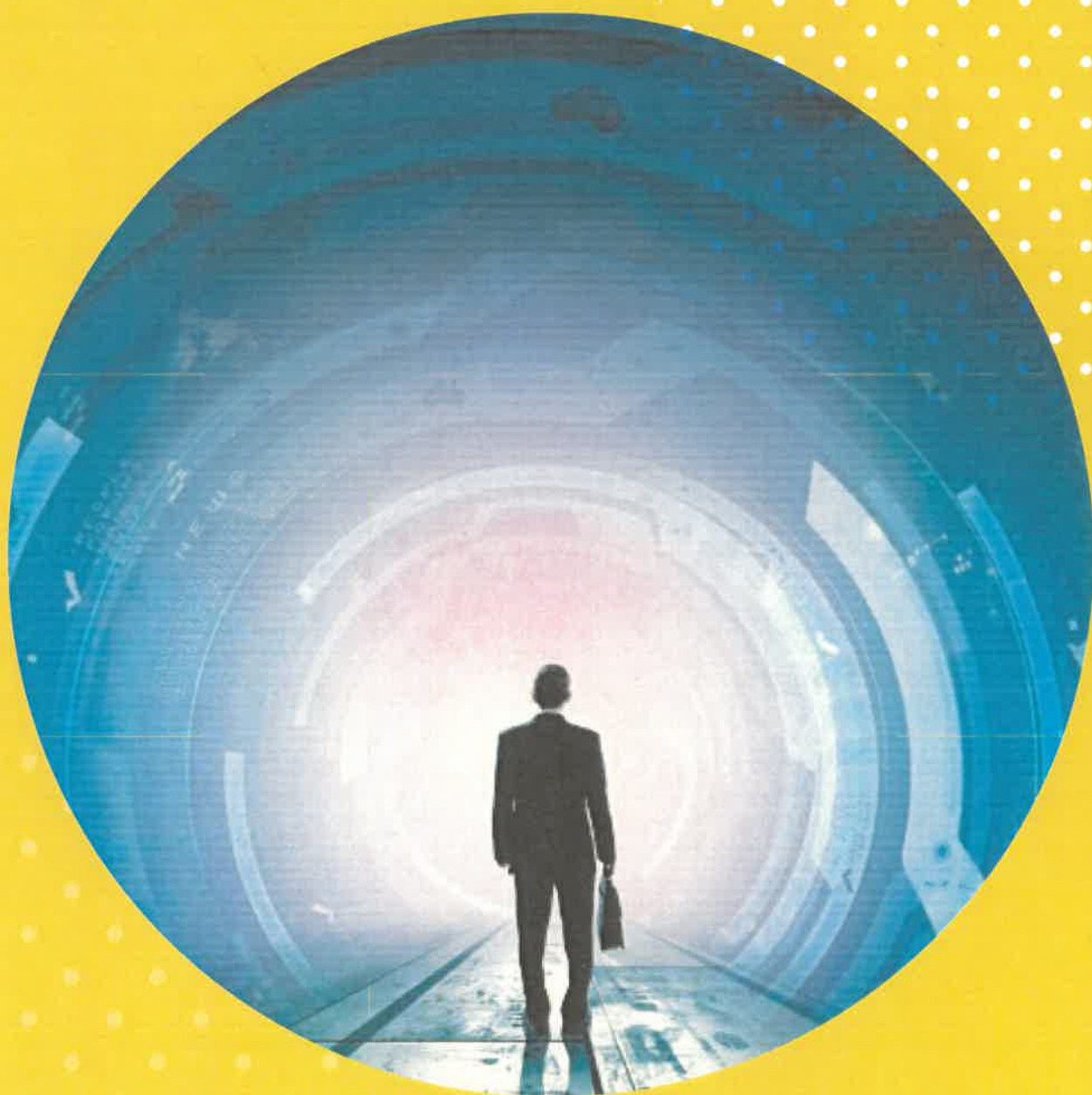


CORSO DI FORMAZIONE

LE SOFT SKILLS PER IL FUTURO

www.psiqonsult.com
info@psiqonsult.com

Scarpina 5/III, 51000 Rijeka
+385 95 821 7232



PROPOSTA DI
PSI QONSULT



CHI È PSI QONSULT?

Tijana Debelić, psicologa, psicoterapeuta in supervisione e formatrice esperienziale con dieci anni di esperienza nel suo campo. Laureata con lode all'Università degli Studi di Padova, affina in continuo la sua preparazione professionale formandosi in varie tecniche e teorie psicologiche come la CBT, la PNL, la Musicoterapia e la Mindfulness.

La sua passione più grande è aiutare gli altri a conoscere meglio se stessi e a realizzare il proprio massimo.

Questo è il motivo per cui ha dato vita a Psi Qonsult.

Psi Qonsult, società di consulenza psicologica e coaching per privati e aziende. Aiuta a raggiungere gli obiettivi personali e di business e fornisce il kit di strumenti per una vita soddisfacente, significativa e felice.

PROPOSTA FORMATIVA

COMPETENZE TRASVERSALI

OPPURE
"ABILITÀ ESSENZIALI"?

Le competenze trasversali (soft skills) riguardano il modo in cui si interagisce, si comunica e si gestiscono i rapporti con gli altri. Penso che sia ora che smettiamo di chiamarle trasversali e iniziamo a chiamarle come sono realmente: abilità essenziali. Sono abilità assolutamente necessarie per prosperare nel mondo moderno. Perché? I problemi maggiori nei posti di lavoro non risultano dalla mancanza di competenze tecniche e specialistiche ma da quelle essenziali. E il risultato sono i conflitti, l'incapacità di cercare un compromesso, di motivarsi, di essere aperti e flessibili di fronte ai cambiamenti e di gestire situazioni di stress in maniera efficace. Suona familiare?



IL FUTURO
È SOFT.

TOP 6 SKILLS IN 2020



Complex
problem
solving

Critical
thinking



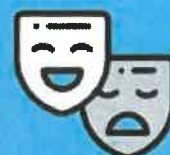
Creativity

People
management



Coordinating
with others

Emotional
intelligence



PER GLI UNDER 28

A CHI É RIVOLTO QUESTO CORSO E PERCHÉ?

*“Le buone abitudini
formate da giovani fanno
la differenza” - Aristotele*



L'occupabilità del futuro sarà sempre più determinata dalle soft skills. È ciò che emerso da una ricerca di Adecco Group, realizzata con l'Università Bicocca di Milano. Con l'evoluzione del mercato del lavoro, caratterizzato sempre più dall'intelligenza artificiale, dai big data e della robotica, le capacità cognitive, sociali e relazionali dell'uomo stanno assumendo sempre maggiore importanza. Ma quali saranno le soft skills più richieste nel prossimo futuro?

1. Problem solving complesso

La capacità di mettere in atto processi cognitivi per affrontare e risolvere problemi.

2. Pensiero critico

L'abilità che consente di analizzare in modo oggettivo le informazioni che si possiedono, e di valutare e interpretare dati ed esperienze.

3. Creatività

L'abilità di innovare, pensare fuori dagli schemi, creare collegamenti originali.

4. Capacità di gestire persone

La capacità di gestire le persone con cui si collabora, motivandole, valorizzandole o correggendole quando opportuno.

5. Capacità di lavorare in gruppo

La capacità di cooperare per il raggiungimento di obiettivi comuni, sapendo riconoscere e valorizzare le risorse degli altri dandosi delle priorità e cambiandole se necessario per coordinarsi con gli altri.

6. Intelligenza emotiva

La capacità di riconoscere, comprendere e gestire in modo consapevole le proprie emozioni e quelle degli altri.

Dobbiamo insegnare perciò le abilità essenziali e dobbiamo farlo specialmente con i giovani che sono i veri cittadini del futuro. Ricordatevi, quando le persone hanno queste abilità fondamentali e sono fiduciose, creative, collaborano, gestiscono le proprie emozioni negative e lavorano motivate, il guadagno è sia personale che del gruppo di lavoro.



CHE COSA ANDRETE AD IMPARARE E COME

“Conoscere te stesso è il principio di tutta la saggezza.” - Aristotele

Questo corso vuole essere un viaggio di crescita e apprendimento che avrà luogo nella bellissima natura del Gorski kotar,

Lo scopo è di aumentare la vostra consapevolezza sul chi siete, come collaborate con le altre persone, quali sono i vostri atteggiamenti e quali i loro effetti sugli altri e sul vostro successo e benessere personale. L'intento del corso è di concedervi nuove prospettive, offrire nuove possibilità di essere voi stessi come anche di collaborare in maniera più efficace con le altre persone.

Per 4 giorni dividerete spazi, esperienze e racconti. Lavoreremo sulle vostre competenze trasversali quali comunicazione, intelligenza emotiva, problem solving, capacità di lavorare in gruppo e di gestire le persone.

Le esperienze concrete verranno arricchite con contenuti teorici che vi verranno forniti nelle sessioni tra le attività. In questo viaggio di crescita personale verrete guidati da un formatore.

Il ruolo del formatore sarà quello di scegliere e gestire le varie attività e poi facilitare la riflessione che deriva da queste esperienze di sfida, gioco e scoperta.

Il risultato sarà un' aumento nella vostra consapevolezza di sé con lo scopo di correggere gli atteggiamenti inadeguati e acquisire nuovi comportamenti costruttivi.

Il programma del corso è pianificato con attenzione alternando momenti di studio con quelli di relax.

Le sessioni di lavoro occuperanno la giornata con organizzate le pause caffè, pasti e spazio libero.

Le serate saranno dedicate allo svago e al divertimento con attività proposte ma anche aperte ai vostri suggerimenti.

Non sono richieste particolari abilità fisiche in quanto le attività saranno adatte a un pubblico molto eterogeneo ma con buone condizioni di salute.

IL METODO ESPERIENZIALE

COME FUNZIONA?

“Se ascolto dimentico, se vedo ricordo, se faccio capisco.” - Confucio



L'**apprendimento esperienziale** è un metodo di apprendimento reso popolare da David Kolb in cui colui che apprende lo fa in modalità attiva attraverso un ciclo di 4 fasi:

- **Esperienza concreta:** attività in cui si coinvolge la persona (all'aperto tipo vela, orienteering ecc. ma anche indoor con le small activities). L'accento non è sull'attività in se ma su ciò che è stato imparato grazie ad essa.
- **Osservazione riflessiva:** dopo ogni attività il facilitatore avvia un processo di riflessione (che è la chiave dell'apprendimento).
- **Concettualizzazione astratta:** vengono fatte conclusioni sull'esperienza e sul come utilizzare le conoscenze acquisite nella vita di tutti i giorni.
- **Sperimentazione attiva:** pianificare i cambiamenti desiderati e i passaggi necessari per raggiungerli ed è anche l'obiettivo ultimo dell'apprendimento esperienziale.

IL CICLO DI KOLB



LA LOCATION

"Se il nostro destino fosse stato quello di restare in un luogo, avremmo avuto le radici e non i piedi."

Rachel Wolchin

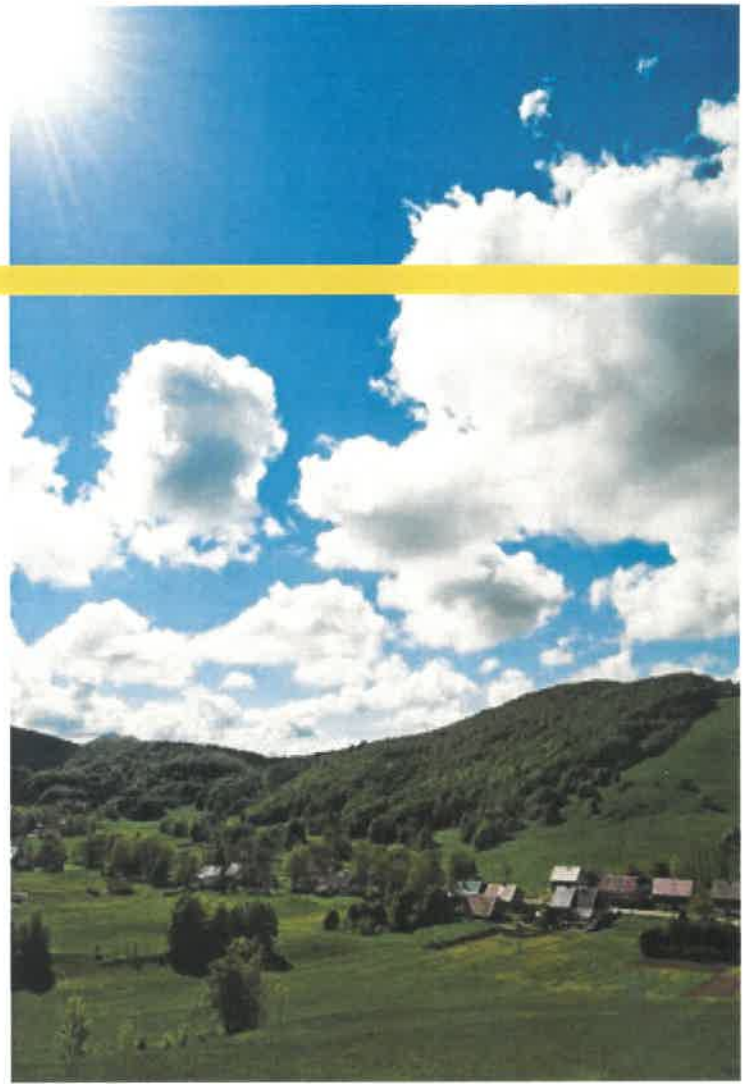
Begovo Razdolje è un paesino a Mrkopalj, nella Contea del Primorje-Gorski Kotar. Situato a 1.060 metri di altezza, è il paese con la più alta elevazione in Croazia. Begovo Razdolje ha una popolazione di circa 40 persone per lo più anziane. Gli abitanti del villaggio, tradizionalmente orientati verso la caccia, negli ultimi anni si stanno sempre più rivolgendo all'allevamento e al turismo. Begovo Razdolje ha un ambiente naturale completamente preservato, un patrimonio architettonico e un dialetto autoctono.

La Pensione Planinski Raj offre sistemazioni semplici e confortevoli.

E' facilmente raggiungibile da: autostrada Rijeka (1 ora), Zagabria (90 minuti) e Trieste in 2 ore.

Indirizzo: Begovo Razdolje bb, 51315 Mrkopalj (Croatia)

<https://www.planinskirajrooms.com/>



INFO LOGISTICHE

Ci incontriamo presso la location venerdì alle 18:00. La chiusura del corso avrà luogo domenica alle 16:00.

**NON ASPETTARE CHE ACCADA,
FALLO SUCCEDERE.**



+385 95 821 7232

SCARPINA 5/III, 51000 RIJEKA

INFO@PSIQONSULT.COM

WWW.PSIQONSULT.COM

TIJANA DEBELIĆ, MAG.PSYCH.