

SUPSI

Laboratorio delle Soft Skill: Utilizzare le competenze e la risorsa tempo

Modulo breve

Presentazione

La metafora della gara aiuta a inquadrare l'attività professionale: gara intesa come impegno teso al raggiungimento di un risultato, realizzato non contro avversari, bensì in collaborazione con altri. Il risultato è tanto più significativo quanto più rappresenta la confluenza delle proprie aspirazioni con quelle dell'Organizzazione nella quale si opera.

La traduzione in concreto dell'impegno può essere fortemente facilitata dalla conquista e dallo sviluppo di competenze che rappresentino una sorta di "cassetta degli attrezzi" operativi per la soluzione dei problemi, per la spinta consapevole e sicura verso le decisioni, per l'utilizzo del patrimonio di esperienza immaginandone nuove applicazioni.

Tutto questo tenendo conto di come muoversi nei confronti della risorsa sempre più preziosa: il tempo, passando dalla classica ingegnerizzazione – il classico time management - a una prospettiva innovativa di tipo sartoriale - tailored time.

Obiettivi

- Espandere la capacità di problem solving, sia in termini quantitativi sia in termini qualitativi, ossia di efficacia e di efficienza
- Disporre delle metodologie per affrontare le necessità decisionali efficacemente senza incidenza sul proprio livello di serenità e su quello altrui
- Saper dare alla propria storia professionale la caratteristica di uno slancio verso il nuovo, eliminando il rischio che si trasformi in zavorra di abitudini
- Rendere queste soft skill patrimonio proprio per saperle poi sviluppare autonomamente e continuamente
- Creare le basi per saperle trasferire all'interno dell'azienda
- Mettersi in condizione di disegnare il proprio tempo, affrontando i fattori condizionanti ed erosivi ottica proattiva e non reattiva, per lavorare meglio, di più, ma con minor fatica.

Destinatari

Tutti coloro che hanno consapevolezza della necessità di sviluppare e consolidare le proprie capacità relazionali/comportamentali perché ricoprano o ambiscono a ricoprire ruoli di responsabilità.

Iscritti al Certificate of Advanced Studies SUPSI Sviluppo delle Soft Skill: Le nuove competenze per la gestione di progetti e attività.

Requisiti

Avere curiosità intellettuale verso innovazioni concettuali e metodologiche.

Avere esperienza, anche breve, nell'ambito della realizzazione di progetti e/o pianificazione di attività.

È possibile candidarsi su dossier.

Certificato

Attestato di frequenza.

1 credito di studio ECTS valido per gli iscritti al Certificate of Advanced Studies SUPSI Sviluppo delle Soft Skill: Le nuove competenze per la gestione di progetti e attività.

Crediti di studio ECTS

1 ECTS

Programma

L'officina del tempo - pratiche di Time Management

1. Consapevolezza del fattore tempo
 - Autovalutazione della guida del proprio tempo
 - Condivisione e confronto
 - Le alternative per la scelta delle priorità: FIFO v. LIFO
2. Criticità: basi teoriche e tecniche per affrontarle
 - Le fasi temporali caratterizzanti ogni attività: consapevolezza v. inconsapevolezza
 - I fattori condizionanti: riconoscerli e disarmarli
 - I "vampiri" del tempo: riconoscerli ed esorcizzarli
3. Disegnare il proprio tempo su misura: pratiche di time management e time management digitale
 - Dati e informazioni: amici e non fastidiosi orpelli
 - Ordine fisico e mentale: impostazione personalizzata per il miglioramento della propria curva di efficienza
4. Utilizzare uno schema di modellistica
 - Autodisciplina
 - Riesame critico sistematico
 - Coraggio di introdurre cambiamenti

Le Soft Skill operative

1. Quali
 - Problem solving
 - Capacità decisionale
 - Pensiero critico
2. Basi concettuali, effetti indotti
3. Tecniche d'uso e interazioni
4. Incidenza sui risultati

Le tecniche per consolidare le competenze

1. Guardarsi allo specchio
 - Sistematicità
 - Autocritica
 - Ricorrere al confronto
2. Concretezza
 - Buoni propositi o comportamenti effettivi?
 - Inadeguatezze: affrontarle, individuarne le cause, predisporre i rimedi

Esercitazioni e allenamento

1. Test individuali
2. Piano di sviluppo individuale

Durata

12 ore-lezione

Responsabile/i

Elia Contoz, Docente a contratto SUPSI DTI, CEO FORMED, Formatrice, Coach

Relatore/i

Elia Contoz, Docente a contratto SUPSI DTI, CEO FORMED, Formatrice, Coach

Date

3, 4, 11 ottobre 2022

Orari

17.30-21.00

Luogo

Il corso avrà luogo in modalità in presenza e online.

SUPSI, Dipartimento tecnologie innovative
Polo universitario Lugano - Campus Est
Via La Santa 1
CH-6962 Lugano-Viganello

Costo

CHF 600.--

La quota comprende il rilascio del certificato, la documentazione didattica.

È previsto uno sconto del 10% per i soci individuali di AFTI, AITI, ATEC e itSMF.

Contatti

e.contoz@formed.info

Informazioni

SUPSI, Dipartimento tecnologie innovative
Polo universitario Lugano - Campus Est
Via La Santa 1
CH-6962 Lugano-Viganello
Tel. 058 666 65 11
e-mail: dti.fc@supsi.ch

Termine d'iscrizione

Entro il 23 settembre 2022

Link per le iscrizioni

<https://fc-catalogo.app.supsi.ch/Course/Details/35787>