

SUPSI

Io, te, noi: come comunicare meglio al lavoro

Modulo breve

Presentazione

Uno dei più grandi assiomi della comunicazione secondo Paul Watzlawick, è che “ogni comportamento è comunicazione. Non si può non comunicare.” Se anche, paradossalmente, ci forzassimo a non comunicare nulla, eliminando parole e gesti, rinchiudendoci in un mutismo assoluto, staremmo comunque comunicando la nostra testarda idea di non voler comunicare. In ambito lavorativo risulta poi determinante sia nel vivere quotidiano sia nel perseguimento degli obiettivi professionali. Che cosa vuol dire comunicazione interpersonale? Significa essere in grado di adattare il proprio linguaggio verbale in modo che sia comprensibile alla persona a cui si sta parlando. Significa saper influire il clima emotivo ed energetico del contesto sociale con cui si sta interagendo. Nella comunicazione ha una grande importanza anche la sfera non verbale, attraverso la quale facciamo (volontariamente o meno) comprendere all'interlocutore una vasta gamma di emozioni: entusiasmo, noia, ansia, ottimismo...

Obiettivi

- Comprendere l'effetto della propria espressione verbale, non verbale e paraverbale nelle situazioni di comunicazione interpersonale
- Consapevolezza sui propri punti di forza e le aree da migliorare in relazione alla comunicazione interpersonale
- Consapevolezza di contesto: Imparare a gestire la comunicazione interpersonale in maniera adeguata in situazioni diverse, nelle conversazioni 1:1 piuttosto che di gruppo, momenti ufficiali piuttosto che informali
- Saper fermare un “contagio emotivo” e imparare a condurre la conversazione in una maniera costruttiva dal punto di vista della gestione delle emozioni e dell'energia

Frequenza

L'accesso alla certificazione di fine modulo e il rilascio dell'attestato di partecipazione, sono entrambi subordinati a una frequenza pari ad almeno l' 80% delle ore di lezione previste.

Destinatari

Imprenditori, liberi professionisti, dirigenti, quadri e responsabili di settore di aziende industriali e di servizi, pubbliche e private, collaboratori con responsabilità gestionali, capi progetto.

Requisiti

Nessun requisito.

Certificato

Attestato di frequenza

1 ECTS valido per i seguenti percorsi formativi:

- Certificate of Advanced Studies (CAS) in Empowering Skills
- Diploma of Advanced Studies (DAS) in Professional Development Journey

La certificazione e il conseguente ottenimento dei relativi crediti di studio ECTS è facoltativa per chi si iscrive esclusivamente al singolo modulo, mentre è obbligatoria per chi è iscritto al percorso CAS Empowering Skills o al DAS Professional Development Journey.

Crediti di studio ECTS

1 ECTS

Programma

Comunicazione interpersonale - base (1 giornata 8h)

- Le basi, teoria ed esempi (video)
- > Comunicazione verbale, paraverbale, non verbale
- > Il ruolo delle emozioni e dell'energia
- Esercitazioni pratiche e role play
- Le competenze da attivare per la comunicazione interpersonale efficace:
- > Ascolto attivo
- > Intelligenza emotiva
- > Oratoria
- > Assertività

Comunicazione interpersonale - approfondimenti (mezza giornata 4h)

- Condivisione di riflessioni sull'applicazione in pratica tra un modulo e l'altro
- Focus sul contesto e il ruolo della cultura circostante per la comunicazione interpersonale
- Lo scambio comunicativo simmetrico o complementare
- Quali sono gli ostacoli (interni o esterni) che mi impediscono di migliorare?
- Che leve ho a disposizione?
- Che cause (di contesto, stati emotivi ecc.) mi rendono inefficace?

Il corso è fortemente esperienziale. Grazie alla preparazione di un piccolo action plan i partecipanti potranno mettersi in allenamento tra un modulo e l'altro. I moduli saranno accompagnati da contenuti teorici (slide e letture) sul tema della comunicazione interpersonale.

Durata

12 ore-lezione

Met. valutazione

Il modulo prevede una certificazione finale consistente in un elaborato in cui viene richiesto, secondo le modalità indicate dal docente, l'applicazione o la riflessione critica rispetto a quanto appreso durante le ore di lezione.

Responsabile/i

Eliana Stefanoni, Formazione continua Dipartimento economia aziendale, sanità e sociale SUPSI, area Economia aziendale

Relatore/i

Anja Puntari, Artista e Senior Business Coach, Partner in Performant by SCOA

Date

23 aprile (giornata intera) e 24 aprile (mattina) 2024

Orari

09.00-12.30; 13.30-17.00

Luogo

SUPSI, Dipartimento economia aziendale, sanità e sociale
Stabile Suglio, CH-6928 Manno

Costo

CHF 1'150.-

La quota comprende il rilascio dell'attestato e la documentazione didattica.

Osservazioni

Il numero dei partecipanti è limitato a 15

Informazioni

SUPSI, Dipartimento economia aziendale, sanità e sociale
Stabile Suglio, Via Cantonale 18
CH-6928 Manno
T +41 (0)58 666 61 23
F +41 (0)58 666 61 21
deass.economia.fc@supsi.ch
www.supsi.ch/fc

Informazioni tecniche

eliana.stefanoni@supsi.ch

Termine d'iscrizione

Entro il 9 aprile 2024

Link per le iscrizioni

<https://fc-catalogo.app.supsi.ch/Course/Details/41159>

Condizioni generali

Iscrizioni e ammissione

Per partecipare a un corso l'iscrizione è obbligatoria e vincolante per il partecipante. L'ammissione ai corsi di lunga durata è tuttavia subordinata alla verifica dei requisiti richiesti dal percorso formativo. Per garantire un buon livello qualitativo, SUPSI può fissare un numero minimo e massimo di partecipanti.

Quota d'iscrizione

Se il corso è a pagamento, la quota di iscrizione è da versare sul conto bancario della Scuola universitaria professionale della Svizzera italiana (SUPSI):
- Dalla Svizzera, prima dell'inizio del corso, tramite la polizza che verrà inviata con la conferma di iscrizione
- Dall'estero, dopo la conferma d'iscrizione, con bonifico bancario intestato a SUPSI presso la Banca dello Stato del Cantone Ticino, CH-6501 Bellinzona
IBAN CH05 0076 4190 8678 C000C
Swift Code BIC: BSCTCH 22
Clearing 764
Causale: Titolo del corso

Obbligo di pagamento della quota di iscrizione

Il pagamento della quota di iscrizione è da effettuarsi entro 30 giorni dalla data della fattura. La conferma di

iscrizione e la fattura sono trasmesse al partecipante dopo il termine di iscrizione al corso. In casi particolari è possibile richiedere una rateazione della quota d'iscrizione; la richiesta scritta va inoltrata alla segreteria competente entro il termine di iscrizione. Verso la SUPSI il debitore del pagamento della quota è il partecipante, che attraverso l'iscrizione al corso, riconosce espressamente il proprio debito ai sensi della LEF, nonché l'obbligo di pagamento e si impegna al versamento dell'importo dovuto. Se la formazione è finanziata dal datore di lavoro o da un terzo, il partecipante rimane comunque debitore verso la SUPSI fino ad effettivo pagamento della quota da parte del datore di lavoro o del terzo indicato. Al riguardo il partecipante si impegna e si obbliga verso la SUPSI ad assumere il pagamento della quota di iscrizione, nel caso in cui il datore di lavoro o il terzo indicato, non dovesse corrispondere l'importo dovuto. Le disposizioni relative all'obbligo di pagamento non si applicano se i corsi non prevedono il versamento di una tassa.

Annullamenti e rinunce

Nel caso in cui il numero di partecipanti fosse

insufficiente o per altri motivi, SUPSI si riserva il diritto di annullare il corso. In tal caso, gli iscritti saranno avvisati tempestivamente e, se avranno già versato la quota di iscrizione, saranno integralmente rimborsati. Qualora sia il partecipante a rinunciare, quest'ultimo è tenuto al versamento del 50% della quota di iscrizione se notifica l'annullamento:
- nei 7 giorni che precedono l'inizio del corso, se iscritto alla formazione breve (0-9 ECTS)
- nei 21 giorni che precedono l'inizio del corso, se iscritto alla formazione lunga (10-60 ECTS)
Casi particolari possono essere analizzati e decisi con la direzione di dipartimento. In caso di rinunce notificate successivamente ai termini di cui sopra, il partecipante non avrà diritto al rimborso e l'intera quota di iscrizione diverrà immediatamente esigibile. Sono fatte salve eventuali deroghe previste nei regolamenti di ogni singolo corso, alle quali si fa espressamente richiamo. Chi fosse impossibilitato a partecipare può proporre un'altra persona previa comunicazione a SUPSI e accettazione da parte del responsabile del corso. In caso di rinuncia al corso per malattia o infortunio del partecipante, la fattura

inerente la quota di iscrizione potrà essere annullata, a condizione che sia presentato un certificato medico.

Modifiche

SUPSI si riserva il diritto di modificare il programma, la quota di iscrizione e il luogo dei corsi a seconda delle necessità organizzative.

Copertura assicurativa infortuni

I partecipanti non sono assicurati da SUPSI.

Privacy

Il trattamento dei dati avviene nel rispetto della legislazione svizzera (Legge federale sulla protezione dei dati e relativa Ordinanza).

Foro competente

Per eventuali controversie il foro competente è Lugano, che è pure il foro esecutivo ai sensi della LEF (Legge federale sulla esecuzione e sul fallimento). Il diritto applicabile è quello svizzero.