

# Liberi professionisti: il benessere psicofisico come specchio delle relazioni professionali

## Progetto 3 - Competenze manageriali per la gestione delle relazioni professionali

Operazione Rif. PA 2023-20428/RER/3 "Competenze per competere: opportunità formative a supporto del cambiamento continuo della libera professione attraverso le sfide della transizione digitale, ecologica, sostenibile" approvata con DGR n. 2038 del 27/11/2023 e cofinanziata con risorse del Fondo sociale europeo Plus dell'Emilia-Romagna.

**Costo**

Gratuito

**Durata**

28 ore

**Sede**

Cesena

**Settori**

Comunicazione, Strategia e organizzazione aziendale

**Destinatari**

Imprese, Persone

**Tipologie**

Per occupati

**Termine iscrizioni**

25/09/2024

**Data inizio**

16/10/2024

**Data fine**

27/11/2024



## Obiettivi

L'obiettivo del corso è quello di fornire ai liberi professionisti un potenziamento delle competenze manageriali per gestire le relazioni professionali e le attività in modo efficace.

L'attività formativa servirà a migliorare la collaborazione tra professionisti e/o imprese.

La figura in uscita al termine del percorso avrà acquisito capacità e conoscenze per gestire lo stress, conoscere le proprie emozioni, essere consapevoli di come il benessere psicofisico condiziona i rendimenti lavorativi, saprà costruire relazioni professionali positive ed efficaci, conoscerà strumenti di comunicazione e risoluzione dei conflitti.

## Destinatari

Il corso si rivolge a:

- **LIBERI PROFESSIONISTI ORDINISTICI:** titolari di partita IVA, esercitanti attività riservate secondo normativa vigente, iscritti ai sensi dell'art. 2229 del Codice civile a Ordini o Collegi professionali e alle rispettive Casse di previdenza.
- **LIBERI PROFESSIONISTI NON ORDINISTICI:** titolari di partita IVA, autonomi, che svolgono attività professionali non rientranti in quelle riservate agli iscritti a Ordini e Collegi professionali, che svolgano prestazione d'opera intellettuale e di servizi.
- **LIBERI PROFESSIONISTI ORDINISTICI OPERANTI IN FORMA ASSOCIATA O SOCIETARIA:** Associazioni professionali o Studi associati di professionisti, anche iscritti al REA, con atto costitutivo registrato all'Agenzia delle Entrate alla data di presentazione della domanda; Società tra professionisti-StP di cui all'art. 10 c.3 D.Lgs 12/11/2011, n.183 come regolate dal DM 8 febbraio 2013 n.34; Società di professionisti o di ingegneria di cui alle lettere b) e c), comma 1 dell'articolo 46 del D.Lgs. n.50/2016 (Nuovo Codice appalti); Società tra avvocati di cui alla L.31 dicembre 2012, n. 247 – Nuova disciplina dell'Ordinamento professione forense.

I liberi professionisti dovranno avere sede legale o unità operativa nel territorio della regione Emilia-Romagna.

## Requisiti di accesso

I requisiti saranno dichiarati dai candidati al momento dell'iscrizione attraverso la compilazione di una scheda di iscrizione al progetto e la sottoscrizione di un'autodichiarazione.

## **Contenuti del corso**

Modulo a cura di Chiara Canali:

- L'influenza del benessere psicofisico sul lavoro, correlazione tra sonno e vita lavorativa; iniziamo migliorando la qualità del sonno per lavorare meglio!
- Gestione consapevole del cambiamento per superare situazioni di transizione lavorativa: come sviluppare la propria carriera senza perdere il benessere; strumenti per prendere decisioni nella definizione di obiettivi professionali e piano d'azione
- Fronteggiare le difficoltà relazionali, emotive e comunicative per costruire buoni rapporti professionali e personali: l'intelligenza emotiva
- Assertività empatica per migliorare le relazioni professionali, la comunicazione e il superamento dei conflitti sul lavoro; leadership emotiva e negoziazione

Modulo a cura di Cinzia Zozzi:

- Pathos. La qualità per migliorare il Rendimento e il Benessere sul lavoro
- Fisiognomica e Linguaggio non Verbale
- Empatia e Comunicazione
- Fiori di Bach e Resilienza

Modulo a cura di Silvia Di Luzio:

- Coerenza mente cuore, i rigeneratori emozionali; gestione dello stress per un proficuo risultato lavorativo
- Ecologia emozionale e sostenibilità vibrazionale per essere in armonia
- Tecniche di equilibrio emozionale per gestire al meglio le performance lavorative

## **Modalità e criteri di selezione**

Il corso si avvia a fronte di un numero min.8/max.12 persone ammesse.

Nel caso in cui il numero degli iscritti dovesse superare i partecipanti indicati in fase di progettazione si potrà valutare l'inserimento di un numero maggiore di persone nel rispetto dei parametri massimi previsti dalla normativa e della didattica dell'intervento. In caso contrario, le domande verranno accettate sulla base della verifica della coerenza tra fabbisogno formativo e obiettivi didattici.

## **Attestato**

Attestato di frequenza

## **Quota di partecipazione**

Corso gratuito in quanto cofinanziato con risorse del Fondo Sociale Europeo PLUS 2021/2027 della Regione Emilia-Romagna

## **Calendario**

28 ore - 8 incontri nelle seguenti date e orari:

Chiara Canali

- Mercoledì 16, 23 e 30 ottobre orario 17-20
- Mercoledì 6 novembre orario 17-20 e 13 novembre orario 16-20

Cinzia Zozzi

- Mercoledì 20 e 27 novembre orario 17-20

Silvia di Luzio

- Venerdì 22 novembre orario 09-15 lezione online

## **Sede del corso**

Le lezioni si svolgeranno in presenza a Cesena in via Mulini n. 35.

Una sola lezione si svolgerà esclusivamente online, su piattaforma Microsoft Teams.

## **Referenti**

Gloria Campanini | Email: g.campanini@cnafoer.it | Telefono: 3371083305

Jessica Piraccini | Email: piraccini@cnafoer.it | Telefono: 3479282282

## **Docenti**

Chiara Canali

Psicologa Clinica e del Lavoro, consulente e formatrice aziendale in ambito HR, esperta di Counseling Psicologico e aziendale e Tecniche di Coaching

Silvia Di Luzio

Specialista in cardiologia, ricercatrice e autrice di libri su salute integrativa, formatrice nella scuola di Medicina dell'Essere, coach, esperta di medicina integrata e coerenza cardiaca.

Cinzia Zozzi

Operatrice nel campo del benessere psicofisico, insegnante di riflessologia plantare, esperta in tecniche secondo il metodo del Dr Nader Butto, autrice di "Nuova Luce nei fiori di Bach".