



ALMA MATER STUDIORUM
UNIVERSITÀ DI BOLOGNA

Formazione Maggioli

Corso on line Valore PA INPS di 1° livello (bando 2020)

Gestione del cambiamento e sviluppo personale

Maggio-Luglio 2021

Gestire motivazioni ed obiettivi personali

Giovedì 10 giugno 2021, ore 9.00-13.00 e 14.00-18.00

Docente:

Vito Piccinni

Senior Consultant & coach. Certificatore dei sistemi di apprendimento consapevole Persolog

Titti De Francesco

Confronto su un caso

Lavoro di gruppo

- Che contenuto ha la PAURA di Annunziata?
- Quali sono i suoi valori?
- Quali sono le sue risorse?

Valori

- La **scala dei valori personali** definisce tutto ciò che riteniamo importante per la qualità del nostro benessere psicofisico.
- Ci accompagna lungo tutto il nostro percorso di vita, rappresentando l'idea più profonda e intima di quello che vogliamo diventare, di quello che vogliamo ottenere, e del tipo di rapporto che desideriamo instaurare con noi stessi, con le persone che amiamo e più in generale con il mondo che ci circonda.

Lavoro di gruppo

- Individuare un Team Leader
- Lavoro individuale
- Primo giro di tavolo
- Secondo giro di tavolo (eventuale)
- Report

Riflessione personale

- Quale emozione mi genera il cambiamento?
- Quali sono i miei valori?
- Quali sono le mie risorse?

Zona di comfort e apprendimento (video)

Lavoro di gruppo

Siete da soli con Annunziata che ha da poco saputo della nuova destinazione

Quali domande fareste per modificare la prospettiva?

Far vedere le cose con occhio diverso?

Far cogliere nuovi scenari ed opportunità?

Quali domande per una svolta?

Chi l'ha detto che la vita deve essere sempre lineare? E cos'è poi la linearità?

Perché pretendiamo che tutti cambino, tranne noi?!

Perché permettiamo che il cambiamento crei solo tensione e conflitto?

Perché permettiamo che il nostro benessere e la nostra autostima dipenda dal giudizio degli altri?

Perché dobbiamo essere nel fango per capire che il cambiamento è nelle cose?

Ma chi l'ha detto che essere di successo occorre sempre muoversi verticalmente?

Perché immaginiamo che le strutture, le persone siano una nostra proprietà, per sempre?!

Ma chi l'ha detto che la nuova strada è più rischiosa di quella attuale?

.... e poi, perché non un negozio di fiori?

Per affrontare una nuova situazione

Quali convinzioni positive dobbiamo attivare: *perché non.....*

quali credenze, pregiudizi, paure dobbiamo superare? *Ma chi mi dice che devo...*

Di quali risorse dispongo e non ricordo di avere?

La ruota della vita

Esercitazione

FISICO / SALUTE / VITALITA'

- Godi di buona salute?
- Qual è il tuo livello di energia?
- Conduci una vita dinamica o sedentaria?

EMOZIONI

- Con quale spirito inizi la giornata?
- Sei in grado di gestire le emozioni o ne sei sopraffatto?
- Hai difficoltà a comunicare agli altri i tuoi stati d'animo?

AMBIENTE / BENI MATERIALI

- Cosa provi quando ti trovi sul tuo posto di lavoro?
- Ci sono altri luoghi nei quali trascorri molta parte del tuo tempo?
- Sei contento delle cose che hai?

CRESCITA PERSONALE

- Dedichi tempo sufficiente alla tua crescita personale?
- Ti piacerebbe specializzarti in qualche campo specifico?
- Sei soddisfatto delle cose nuove che impari?

SVAGO

- Ti concedi tempo sufficiente per lo svago o senti di non averne abbastanza?
- Lavori sette giorni su sette?
- Ti prendi mai una vacanza?

FAMIGLIA

- Che rapporto hai con i tuoi parenti?
- Come valuti il rapporto con i figli (se genitore)?
- Riesci a trascorrere abbastanza tempo con la famiglia?

VITA SOCIALE

- Quante e quali persone frequenti con regolarità al di fuori dell'ambiente professionale?
- La tua vita sociale ti soddisfa?

LAVORO / CARRIERA

- Qual è il tuo grado di soddisfazione in rapporto al lavoro?
- Pensi che il tuo ruolo sia adeguato alle tue capacità?
- Sei contento del ritorno economico?

FINANZE/RISPARMI/INVESTIMENTI

- Il tuo rapporto con il denaro è sereno o ti provoca ansia?
- Cerchi di investirlo e farlo fruttare?

SPIRITO/MISSIONE PERSONALE/CONTRIBUTO AL MONDO

- Hai uno scopo superiore capace di guidare le tue azioni?
- Dedichi tempo alla ricerca e all'approfondimento spirituale?
- E' importante per te contribuire al miglioramento della vita della altre persone?
Del mondo?

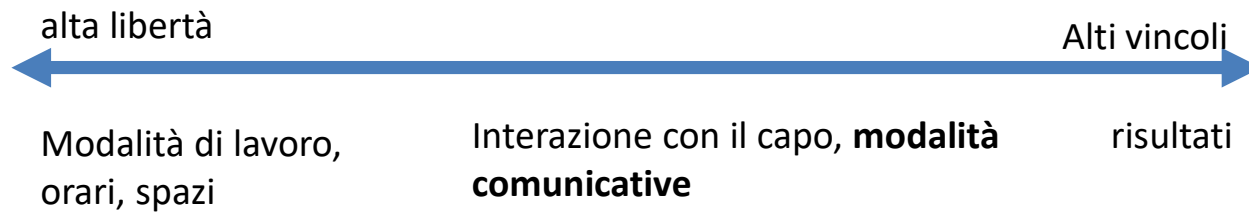
Ambiente stabile - Instabile

STRUTTURE	Gerarchiche Specializzate Accentrate	Funzionali Per progetti Decentrate
COMPORTAMENTI	Dipendenza, Prudenza, Compartimenti stagni Orientamento al presente Comunicazione formale scritta	Lavoro con gli altri Autonomia / delega Problem solving Orientamento al futuro Comunicazione multicanale e più informale
SISTEMA PREMIANTE	Fedeltà Anzianità Rispetto norma e prescrizioni	Risultati Capacità di cambiamento continuo (Auto)Coordinamento

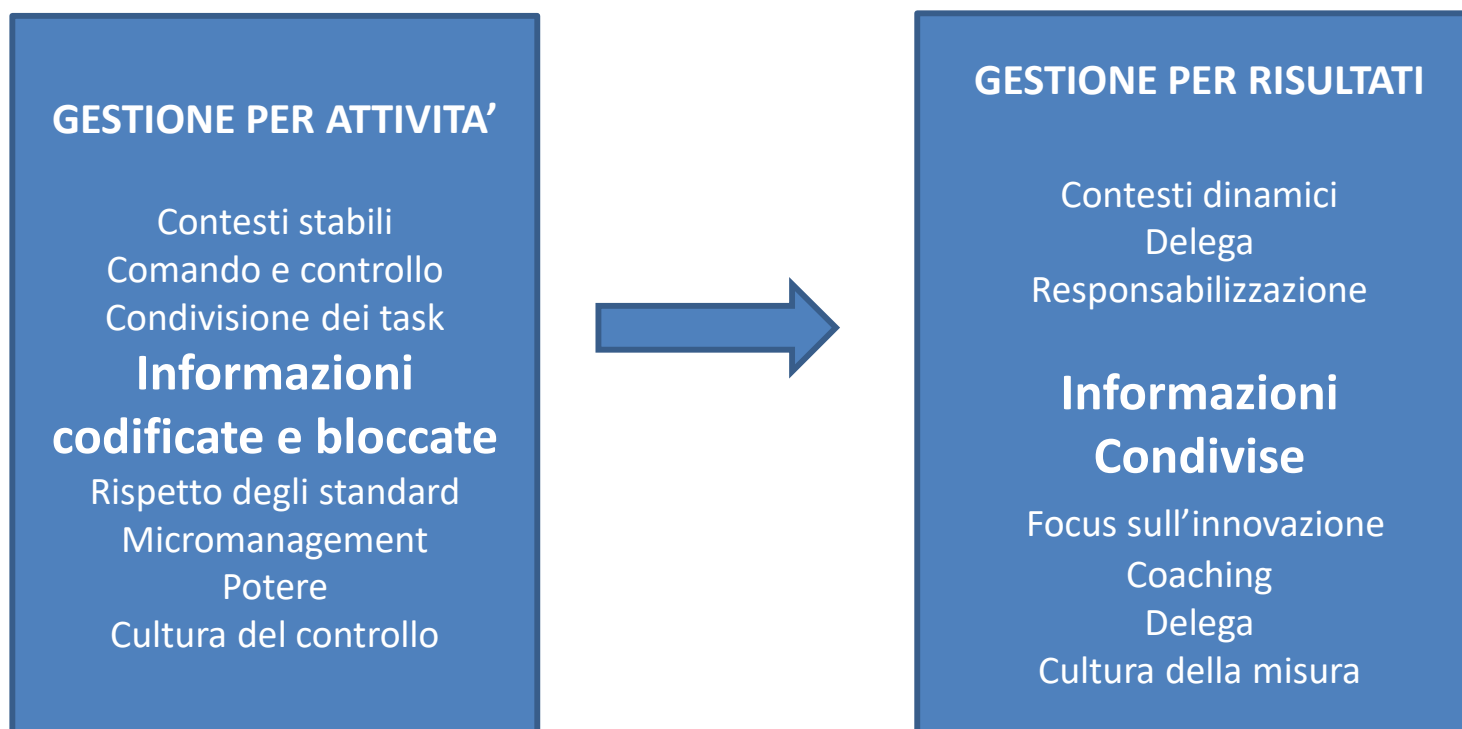
Il lavoratore tradizionale tra libertà e vincoli



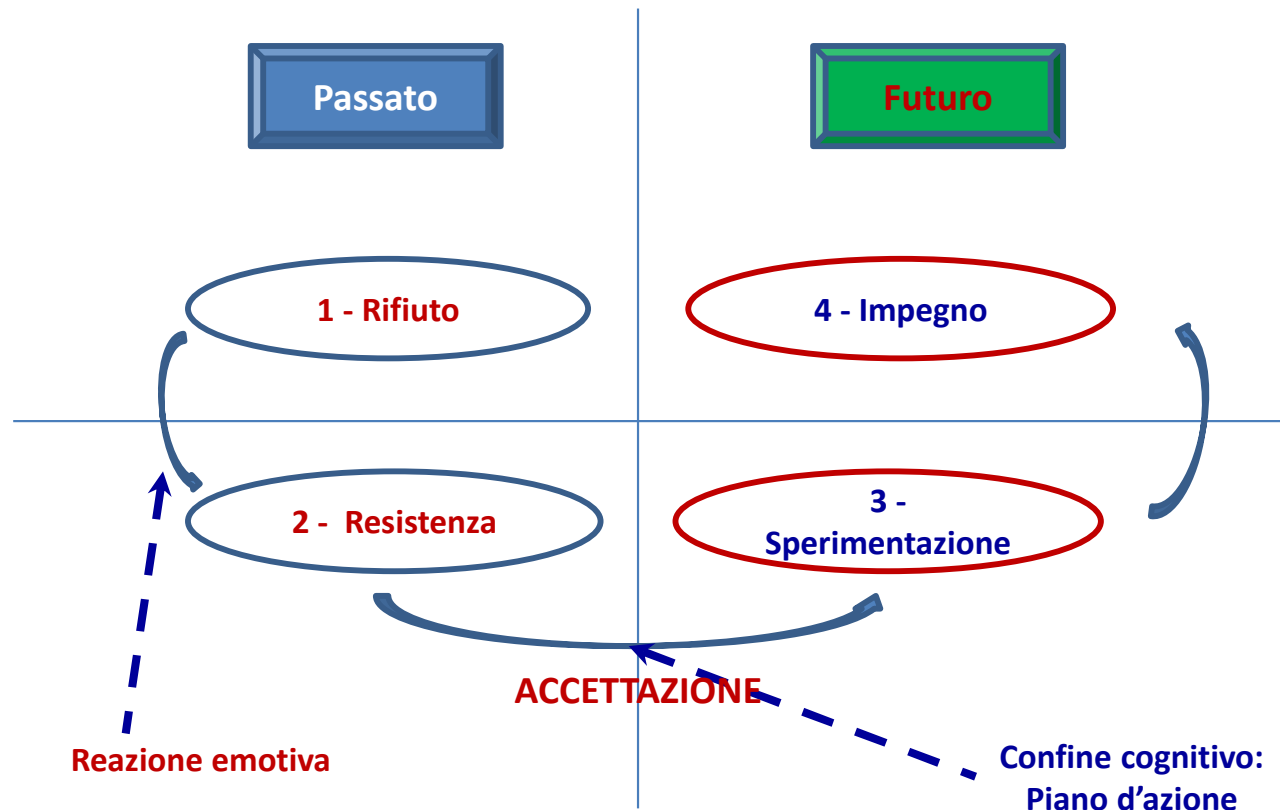
Il lavoratore «agile» tra libertà e vincoli



Linee guida di gestione del lavoratore «agile»



Modello di risposta al cambiamento: la reazione naturale della persona



DISC: le quattro dimensioni della persona

Gestire flessibilmente il proprio stile comportamentale



Profilo **Dominante/Direttivo**

Sono motivate da:

- Libertà di agire
- Ampio raggio d'azione
- Attività nuove e diverse
- Indipendenza da controlli e supervisione
- Prestigio e sfide
- Opportunità di crescita

Apprezzano le persone che:

- Parlano in modo assertivo
- Mostrano sforzi notevoli
- Danno e prendono
- Assicurano risposte dirette
- Accettano le critiche
- Cercano nuove sfide
- Lavorano individualmente

Profilo **Dominante/Direttivo**

Aumentano l'efficacia personale:

- Identificandosi con il gruppo
- Mostrando empatia e comprensione
- Ascoltando gli altri senza interrompere
- Rispettando le regole
- Ricevendo maggiori responsabilità
- Controllando attentamente il proprio lavoro

Profilo **Influente/Interattivo**

Autodescrizione:

- Comunicano con tatto
- Sanno persuadere e convincere gli altri
- Alleggeriscono le tensioni con l'humor
- Generano entusiasmo
- Entrano in relazione con le persone
- Accettano le varie opinioni
- Rispondono spontaneamente

Visti dagli altri:

- Promuovono ciò che è di loro interesse
- Si concentrano sull'apparenza
- Trasmettono entusiasmo
- Si aspettano ricompense
- Si prendono troppe libertà
- Semplificano le risposte
- Amano assistere le persone

Profilo **Influente/Interattivo**

Aumentano l'efficacia personale:

- Rispettando i vincoli di tempo
- Aumentando la capacità di analisi degli eventi e delle idee
- Interrogandosi della ragione degli errori
- Utilizzando i fatti come base per le argomentazioni
- Essendo obiettivi nel prendere decisioni
- Essendo più realistici su quanto possono fare

Profilo **Stabile/Supportivo**

Autodescrizione:

- Sviluppano senso di unità con gli altri
- Ricercano la sicurezza
- Rimangono calmi e tranquilli
- Prestano attenzione ai particolari
- Mostrano lealtà
- Preferiscono operare in attività conosciute
- Sono pazienti

Visti dagli altri:

- Rispettano gli impegni
- Sono ansiosi di accontentare gli altri
- Fanno affidamento sull'aiuto degli altri
- Evitano le lotte di potere
- “Stanno sulle loro” all'inizio di una relazione
- Mostrano preoccupazione per le novità e i cambiamenti in ambienti imprevedibili
- Assumono un ruolo disponibile e partecipativo

Profilo **Stabile/Supportivo**

Aumentano l'efficacia personale:

- Accettando i cambiamenti necessari
- Dando feed correttivi a persone improduttive
- Fissando obiettivi realistici
- Mantenendo il controllo anche sotto stress
- Sviluppando la creatività
- Lavorando con un gruppo differente
- Esprimendo apertamente le opinioni

Profilo Cauto/Correttivo

Autodescrizione:

- Rispettano le regole
- Agiscono con diplomazia e discrezione
- Accurati e precisi
- Soppesano le azioni rispetto agli obiettivi
- Sostengono le procedure sistematizzate
- Si impegnano per garantire ordine e per migliorare i sistemi
- Attenti all'accuratezza del lavoro

Visti dagli altri:

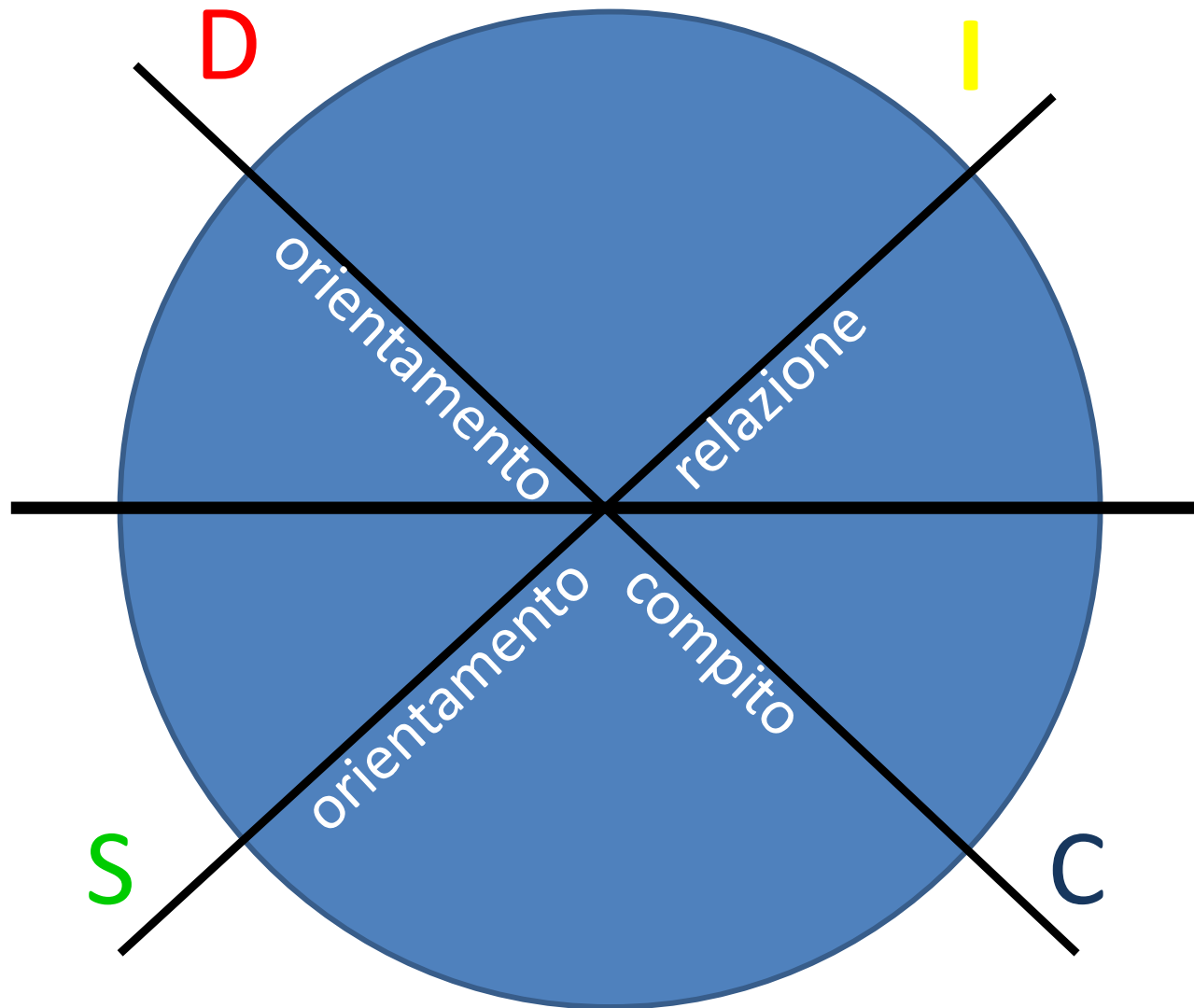
- Utilizzano i fatti come argomentazione
- Assumono un atteggiamento indagatorio
- Pretendono alti standard
- Criticano le performance
- Tendono a sottovalutare le persone che reagiscono emotivamente
- Mettono le persone sulla difensiva
- Rispettano l'autorità

Profilo Cauto/Correttivo

Aumentano l'efficacia personale:

- Instaurando rapporti con persone nuove
- Facendo esperienze nuove e differenti
- Mettendo alla prova il loro spirito di sperimentazione
- Prendendo il comando della situazione
- Aprendosi, liberando energia costruttiva
- Non eccedendo nel criticismo

PROATTIVITA'



REATTIVITA'



Grazie per l'attenzione!

Vi ricordo di segnalarmi un problema su cui vorrete confrontarvi la prossima volta.

Vito Piccinni

*Consulente di direzione, Valutatore,
Coach PCC, certificato ICF (International Coaching Federation)*