

# SMART PROJECT MANAGER

*L'approccio al ruolo in ottica di processo strutturato*

## IL PROGRAMMA:

### 1. Leadership, Membership, Team

16 ore

- a) Architettura della leadership
  - guida delle persone
  - sviluppo delle capacità
  - stili di leadership
  - autovalutazione
- b) Applicazione della leadership
  - dalla leadership del sé alla leadership verso gli altri
  - la leadership della scoperta
  - il mix comportamentale
  - la delega
  - lo stato dell'arte
- c) Leadership e membership
  - la membership
  - l'effetto sinergico
  - gli ostacoli
  - lo stato dell'arte
- d) Team
  - i vantaggi
  - le fasi della costruzione e del consolidamento
  - dal gruppo al team
  - i fattori qualificanti
  - i fattori facilitanti
  - lo stato dell'arte

### 2. Lo stress

Gestirlo e valorizzarlo – Tecniche per comprendere, misurare e padroneggiare lo stress

12 ore

- a) Mappa dello stress
  - inquadrare lo stress
  - stress e malattia

- stress positivo
- autovalutazione dello stress
- b) Esplorazione dello stress
  - fattori scatenanti
  - relazione stress/performance
  - modalità reattive
  - manifestazione ricadute
  - esercitazioni pratiche
- c) Pratiche di gestione dello stress
  - strategia di rapporto tra cause e rimedi
  - approccio antistress
  - le forze a supporto
  - esercitazioni pratiche

### 3. Intelligenza emotiva

Raggiungere la piena efficienza grazie all'utilizzo equilibrato di razionalità ed emotività  
12 ore

- a) Scoperta dell'universo emotivo
  - test individuale di autovalutazione
  - il funzionamento della mente
  - l'intelligenza emotiva e le sue peculiarità
  - esercitazione
  - la tavolozza delle emozioni
  - come integrare pensieri ed emozioni
- b) Laboratorio di costruzione della competenza emotiva
  - gli errori cognitivi all'origine delle emozioni e dei comportamenti problematici
  - tecnica
  - caratteristiche dello stile di vita
  - esercitazioni pratiche
- c) Intelligenza sociale
  - relazione con l'intelligenza emotiva
  - empatia
  - abilità sociali
  - esercitazioni pratiche

### 4. Le risorse personali per i risultati professionali

La dotazione personale per un approccio costruttivo al lavoro  
24 ore

- a) Il carburante per la propria power unit
  - proattività
  - motivazione
  - applicazione e coscienziosità
  - esercitazioni pratiche
- b) Le tecniche di guida veloce e sicura
  - lateral thinking
  - flessibilità
  - disponibilità al cambiamento
  - esercitazioni pratiche
- c) I supporti per vincere
  - autostima
  - accettazione proattiva delle critiche
  - capacità di chiedere pareri
  - esercitazioni pratiche

## 5. Il teorema di Pitagora della comunicazione:

Escursione nelle «formule» per costruire una comunicazione efficace  
12 ore

- a) I dati base
  - il proprio livello di capacità comunicativa
  - i principi fondanti della comunicazione
  - le modalità di manifestazione della comunicazione
  - gli strumenti personali che entrano in campo
  - esercitazioni e confronto
- b) Le formule
  - disegnare gli schemi comportamentali e i valori
  - fotografare il contesto
  - definire gli obiettivi della comunicazione
  - esercitazioni e confronto
- c) L'applicazione
  - applicare le 4 p costruttive
  - affrontare gli ostacoli
  - utilizzare le risorse (caratteristiche personali)
  - considerare la "geometria"
  - chiudere la comunicazione
  - esercitazioni e confronto

## 6. **Negoziazione:**

Espressione di capacità di esercizio della leadership, di coinvolgimento, di focus sugli obiettivi

12 ore

- a) struttura del processo negoziale
  - l'area negoziale
  - il circolo di influenza
  - la proiezione dei comportamenti
  - l'approccio dinamico
  - esercitazioni pratiche
- b) Percorso e contenuti del processo negoziale
  - le fasi della negoziazione
  - i paradigmi, utili o controproducenti
  - la strategia win-win
  - esercitazioni pratiche
- c) Strumenti e tecniche per la negoziazione efficace
  - strumenti
  - tecnica della prevenzione
  - gli atteggiamenti costruttivi
  - la componente emotiva del negoziato
  - esercitazioni pratiche