

Assertività: conoscere il proprio profilo

A CHI SI RIVOLGE

Chiunque voglia gestire situazioni di tensione in modo più efficace.

OBIETTIVI

Imparerete come reagire in situazioni di tensione, affermandovi utilizzando l'assertività e non l'aggressività. Imparerete a conoscere i vostri punti di forza ed i vostri punti deboli. In questo modulo apprenderete come gestirli in modo più efficace. Attraverso casi pratici verranno analizzati i comportamenti tipo dei vostri colleghi di lavoro. Apprenderete come comportarvi in modo assertivo e come gestire facilmente le vostre tendenze naturali di fronte a questo tipo di comportamento.

BENEFITS

Attraverso un test di autovalutazione potrete determinare il vostro livello di assertività, identificando alcuni metodi efficaci per diventare più assertivi. Attraverso video ed esercitazioni imparerete a decifrare gli atteggiamenti dei tuoi colleghi in differenti situazioni lavorative.



TIPOLOGIA DI EROGAZIONE

Courseware multimediale



FRUIZIONE

6 mesi



DURATA

35 minuti

REQUISITI



Sistema operativo:
WINDOWS, MAC
browser:
CHROME, FIREFOX
(ultime versioni)
Requisiti da installare:
Adobe Flash Player, Java
(ultime versioni)

CODICE CORSO

MH011



LINGUE DISPONIBILI:



SOFT SKILLS

CONTENUTI

- Identificare le caratteristiche di un atteggiamento assertivo, passivo ed aggressivo.
- Apprendere semplici tecniche per diventare più assertivi.
- Comprendere le caratteristiche del comportamento manipolativo.
- Come utilizzare un comportamento assertivo per reagire ad un comportamento manipolativo.

TEST INTERMEDI

All'interno di ogni modulo vi sono dei momenti di autovalutazione non vincolati che consentono all'utente di interagire con l'animazione verificando l'apprendimento dei concetti presentati.

SUPERAMENTO

Il corso viene considerato concluso una volta fruiti tutti i contenuti.

CERTIFICAZIONE

La certificazione è a carico dell'Ente di Formazione che eroga i corsi.

I VANTAGGI DELL'E-LEARNING

- Risparmio in termini di tempi/costi - Piattaforma AICC/SCORM 1.2 conforme agli standard internazionali
- Accessibilità ovunque e in ogni momento - Possibilità di rivedere le lezioni anche dopo aver terminato il corso