

CONSCIOUSNESS, CREATIVITY AND COMMUNICATION: L'ARTE PER LO SVILUPPO DELLE COMPETENZE INDIVIDUALI

Obiettivi di apprendimento: Al termine del percorso il partecipante avrà acquisito maggiore consapevolezza delle proprie competenze, avrà fatto esperienza di una loro messa in campo creativa e progettuale e avrà acquisito coordinate e strumenti con cui allenarsi al loro sviluppo sinergico e alla loro comunicazione efficace, al fine di inserirsi o muoversi in modo proattivo all'interno del mondo del lavoro.

Durata: il percorso ha una durata totale di 25 ore articolate in 5 moduli, da seguire obbligatoriamente in presenza a Como.

Open Badge: al termine del percorso, per chi ha frequentato **almeno 20 ore**, verrà rilasciato l'Open Badge che certifica le competenze trasversali acquisite e che può essere indicato nel vostro curriculum vitae come valore aggiunto per accedere al mondo del lavoro.

Relatori: *Stefano Filippi* - attore, autore, regista, esperto di formazione

Stefania Lucia Giovanna Croce - counselor

Programma del corso:

- **VENERDÌ 27 OTTOBRE DALLE ORE 9 ALLE ORE 14**
Screening di partenza "Osservo"
 - Coordinate: corpo, movimento, spazio
 - Competenze: attenzione, presenza, consapevolezza
 - Focus: forza dell'osservazione e arte dell'improvvisazione
- **VENERDÌ 10 NOVEMBRE DALLE ORE 9 ALLE ORE 14**
Step di attivazione "Immagino"
 - Coordinate: corpo, movimento, parola
 - Competenze: consapevolezza, creatività e problem solving
 - Focus: arte della sottrazione, ricombinazione e trasformazione

- **VENERDÌ 17 NOVEMBRE DALLE ORE 9 ALLE ORE 14**
Step di affinamento “Realizzo”
 - *Coordinate: corpo, movimento, parola, immagine*
 - *Competenze: consapevolezza, creatività e pianificazione*
 - *Focus: arte della visualizzazione, reiterazione e perfezionamento*

 - **VENERDÌ 24 NOVEMBRE DALLE ORE 9 ALLE ORE 14**
Output “Condivido”
 - *Coordinate: corpo, movimento, parola, immagine, scena*
 - *Competenze: comunicazione*
 - *Focus: CV, lettera motivazionale, Elevator Pitch, Piano di sviluppo sub specie artis*

 - **MARTEDÌ 28 NOVEMBRE DALLE ORE 9 ALLE ORE 14**
Felicità e Benessere per vivere e lavorare meglio
 - *Essere consapevoli dei propri pensieri*
 - *Aumentare l'ascolto interiore*
 - *Acquisizione di tecniche di Training Autogeno*
 - *Fare emergere le proprie potenzialità e risorse*
 - *Il nesso tra felicità e performances più elevate*
-