

# Training & Coaching



Desiderate un training in-house o consulenze / coaching individuali per incrementare le prestazioni, l'efficienza, la salute e il benessere, fatte su misura per le vostre esigenze individuali? Oppure desiderate una conferenza o una presentazione su di un tema di attualità? Allora non esitate a contattarci! Saremo lieti di consigliarvi e di predisporre programmi, obiettivi e contenuti per soddisfare le vostre esigenze organizzative.

I Training & Coaching di ICAS coprono la maggior parte degli argomenti riguardanti la salute mentale, nonché svariati temi gestionali. Su richiesta possono essere sviluppati degli argomenti correlati o degli approfondimenti.

Il nostro know-how e la nostra esperienza pratica si basano sui numerosi casi ai quali forniamo quotidianamente consulenza e assistenza (oltre 4.000 all'anno). I nostri formatori, consulenti e coach sono degli specialisti e dispongono di una formazione completa, nonché di una pluriennale esperienza professionale.

I training e i coaching in-house rappresentano un modo particolarmente efficace ed economico per promuovere lo sviluppo dei dipendenti e dell'organizzazione, in particolare se combinati. Il coaching è uno strumento ideale per garantire il trasferimento individuale nella pratica quotidiana dei contenuti appresi nei training di formazione.

Nelle pagine seguenti troverete una selezione di training e coaching già collaudati.

# Training & Coaching

## **Salute mentale**

Le sempre maggiori richieste rivolte ai dipendenti favoriscono l'insorgere di malattie mentali come depressione, ansia o stress. Solo i collaboratori in buona salute possono fornire delle prestazioni efficienti. In questo seminario presentiamo le conoscenze di base sul tema "salute mentale". Il seminario mira a rafforzare la sicurezza e la capacità d'agire e risponde a domande come: "Cos'è la malattia mentale?", "Come posso riconoscerla anticipatamente?", "Come posso parlarne con i collaboratori?" e "Quali possibilità di supporto sono disponibili?"

## **Gestione dello stress**

Questo training è rivolto ai manager. L'obiettivo di questo training è quello di riconoscere in modo tempestivo i segni premonitori dei disturbi dovuti a stress, in sé stessi e negli altri, e di mettere in atto delle contromisure. I partecipanti approfondiranno il tema "resilienza", saranno messi in grado di individuare il proprio potenziale di resilienza e di acquisire nuove tecniche di resilienza.

## **La prevenzione delle dipendenze sul luogo di lavoro**

In questo seminario i partecipanti apprenderanno le conoscenze di base relative alle dimensioni e alle manifestazioni dell'abuso di sostanze e della dipendenza sul posto di lavoro. Inoltre verrà trattato il fenomeno della co-dipendenza e, sulla base di casi di studio, verranno sviluppate diverse possibilità risolutive per la gestione differenziata e l'approccio adeguato con i collaboratori problematici. Infine i partecipanti impareranno come reagire, se necessario, in modo appropriato e orientato alla soluzione, nei confronti di chi abusa di droga e di chi ne è dipendente.

## **Diritto alla privacy sul posto di lavoro**

La mancanza di protezione della privacy può compromettere le prestazioni professionali, mettere a repentaglio l'impiego e creare un ambiente negativo. Tutti i dipendenti hanno il diritto alla protezione della loro integrità personale sul posto di lavoro. Nel seminario vengono trasmesse delle misure atte a prevenire le minacce all'integrità personale, anche attraverso le molestie sessuali, il mobbing e le discriminazioni di ogni genere.

## **Gestione / Leadership**

Gestione significa orientamento, consentire la gestibilità e coltivare circostanze che influenzino favorevolmente i comportamenti desiderati. In questo training vengono comunicate le conoscenze e gli approfondimenti necessari sotto forma di principi del comportamento umano. Nei contenuti didattici vengono inoltre trattati i seguenti argomenti: guidare attraverso la personalità e le competenze sociali, perseguire e raggiungere coerentemente gli obiettivi, gestire efficacemente i cambiamenti, nonché sviluppare la motivazione e l'impegno.

# Training & Coaching

## **Gestione del team**

Change management, comunicazione

Obiettivo dei training è il miglioramento della collaborazione e della comunicazione, per consentire l'aumento dell'efficacia e dei risultati. Sono inclusi la comprensione dei propri punti di forza, così come l'apprendimento delle regole più importanti dello sviluppo del team e del lavoro di squadra.

## **Autogestione**

In questo seminario i partecipanti imparano vari metodi e tecniche che li aiuteranno a conservare una visione d'insieme, a far fronte alle sfide emergenti e a raggiungere gli obiettivi attraverso l'auto-gestione. Vengono trasmessi i vantaggi e l'importanza della tecnica di lavoro. Dopo il seminario, i partecipanti disporranno di strategie individuali che faciliteranno l'attuazione di quanto appreso nel lavoro quotidiano.