

# 16

## SOFT SKILLS

### Durata

7 ore

### Formazione in presenza

RAVENNA, 13 maggio  
PIACENZA, 26 maggio

### Formazione a distanza

18 e 25 giugno - mattino  
27 ottobre e 3 novembre - mattino  
3 e 10 dicembre - mattino

### Quota di partecipazione

250,00 € + IVA az. associate  
300,00 € + IVA az. non associate

### Iscrizione

Vedi le modalità alle pagine 4 e 5

## DONNA IN AZIENDA: EMPOWERMENT FEMMINILE ATTRAVERSO AUTOSTIMA, COMUNICAZIONE ASSERTIVA E COMPETENZE RELAZIONALI

Questo corso è incentrato sul potenziamento dell'empowerment femminile e sullo sviluppo di competenze comunicative efficaci, con attenzione alla capacità di gestire situazioni di pressione derivanti da un gruppo o da colleghi. L'obiettivo è aiutare le partecipanti a esprimere con sicurezza le proprie opinioni utilizzando un linguaggio positivo e assertivo, rafforzare la capacità di affermare sé stesse professionalmente senza cedere a dinamiche di conformismo e timore del rifiuto.

### Obiettivi

- Sensibilizzare riguardo gli stereotipi di genere e il loro impatto sul luogo di lavoro
- Superare le convinzioni limitanti che frenano la crescita professionale delle donne
- Rafforzare la leadership femminile e fidarsi della propria modalità di management
- Comunicare più efficacemente ed esprimere le proprie opinioni con sicurezza
- Riduzione delle barriere comunicative all'interno del team.

### Destinatari

Rivolto a tutte le donne in azienda che desiderano sviluppare competenze comunicative e migliorare la gestione delle relazioni interpersonali. È adatto a tutti i livelli aziendali, a chi è all'inizio della propria carriera, quanto a chi ha una lunga esperienza lavorativa, professioniste in ambito gestionale e operativo, chi ricopre ruoli di leadership, chi lavora in team, e desidera rafforzare le proprie competenze relazionali.

### Contenuti

- Introduzione alle tematiche di genere sul lavoro, stereotipi e condizionamenti sociali
- Significato e importanza dell'empowerment e leadership femminile
- Presupposti della comunicazione efficace e impatto dei 3 livelli della comunicazione
- Barriere comunicative e come superarle
- Ascolto attivo
- Comunicazione assertiva e differenze tra comunicazione passiva, aggressiva e manipolativa
- Autostima e Autoefficacia
- Esprimere disaccordo (imparare a dire "No") e accordo (imparare a dire "Sì")
- Intelligenza emotiva e intelligenza linguistica
- Fattore emotivo

### Docente

Enrica Nardi, laureata in Economia, NLP Coach e Associate Certified Coach ICF, con esperienza in business coaching, mentoring e nella formazione aziendale. Si occupa di temi legati alla comunicazione, allo sviluppo e al potenziamento delle soft skills, all'empowerment femminile e alla gestione del cambiamento. Con un background aziendale di oltre vent'anni nell'ambito dell'assistenza al cliente, ha maturato una profonda conoscenza delle dinamiche relazionali e gestionali.