Comune di Cinisello Balsamo

JOB WEEK

13-17 NOVEMBRE 2023

VILLA GHIRLANDA SILVA
VIA FROVA 10, CINISELLO BALSAMO

SPAZIO AL LAVORO

La settimana dedicata a chi cerca lavoro

Media partner

Nordmilano24.it

Associazione Italiana Manutenzione A.I.MAN.
Associazione Imprenditori Nord Milano
ANCE Milano Lodi Monza e Brianza
ASSOLOMBARDA
CB COMM Commercianti Cinisello Balsamo
Confartigianato Imprese APA Milano Monza e Brianza
Confcommercio Associazione Territoriale di Sesto San Giovanni
Confcooperative Milano e dei Navigli
Unione Artigiani della Provincia di Milano e della Provincia di Monza e Brianza
Afol Metropolitana colleghiamo il lavoro
cdo Milano
CIOFS-FP Lombardia
CNOS-FAP Salesiani Don Bosco Lombardia Sesto San Giovanni
FIAIP Collegio di Monza e Brianza
Fondazione Mazzini
I.T.S. Lombardia meccatronica
legacoop Lombardia
Ordine degli Avvocati di Milano
Progetto Di Donne Imprenditrici
UCIMU-Sistemi per produrre

JOB WEEK
13-17 NOVEMBRE 2023
VILLA GHIRLANDA SILVA
VIA FROVA 10, CINISELLO BALSAMO

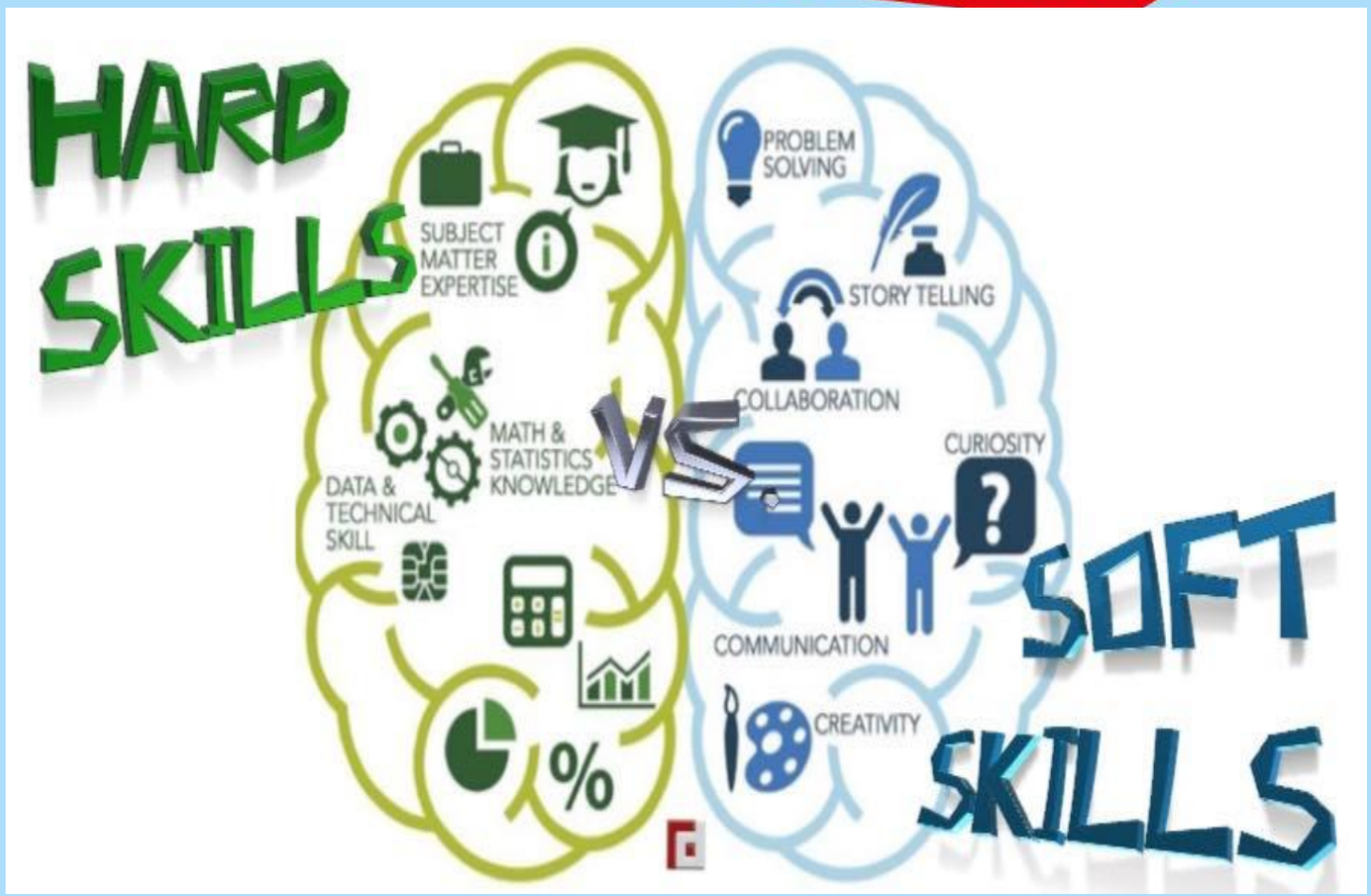
PerformanSe – conoscere e valorizzare le proprie Soft Skill

Roberta Aledda

CIOFS FP Lombardia

JOB WEEK
13-17 NOVEMBRE 2023
VILLA GHIRLANDA SILVA
VIA FROVA 10, CINISELLO BALSAMO

Abilità personali e relazionali che servono per mettersi in relazione con gli altri e per affrontare positivamente - e con fiducia - i problemi, le pressioni, le sfide i cambiamenti della vita quotidiana



Hard skill e soft skill sono complementari, le prime definiscono quanto sappiamo, le seconde invece chi siamo

JOB WEEK
13-17 NOVEMBRE 2023
VILLA GHIRLANDA SILVA
VIA FROVA 10, CINISELLO BALSAMO

QUALI SONO LE SOFT SKILLS?

COMPETENZE EMOTIVE

1. **Consapevolezza di sè**: conoscere se stessi (carattere, bisogni, desideri, punti deboli e forti);
2. **Gestione delle emozioni**: conoscere, gestire e regolare le emozioni nelle varie situazioni;
3. **Gestione dello stress**: conoscere e controllare le fonti di tensione sia tramite cambiamenti nell'ambiente o nello stile di vita, sia tramite la capacità di rilassarsi.

COMPETENZE RELAZIONALI

4. **Empatia**: saper comprendere e ascoltare gli altri, immedesimandosi in loro anche in situazioni non familiari;
5. **Comunicazione efficace**: sapersi esprimere in ogni situazione sia a livello verbale che non verbale, in base alla propria cultura, opinioni e desideri, bisogni e sentimenti, ascoltando gli altri;
6. **Relazioni efficaci**: saper creare, mantenere, interrompere costruttivamente le relazioni

COMPETENZE COGNITIVE

7. **Risolvere i problemi**: abilità di ricerca delle soluzioni - meglio se fuori dagli schemi;
8. **Prendere decisioni**: decidere in modo consapevole e costruttivo nelle diverse situazioni e contesti di vita, valutando le conseguenze delle scelte;
9. **Pensiero critico**: saper analizzare informazioni ed esperienze in modo oggettivo, valutandone vantaggi e svantaggi, per arrivare a una decisione più consapevole;
10. **Pensiero creativo**: abilità di trovare soluzioni ed idee originali

JOB WEEK
13-17 NOVEMBRE 2023
VILLA GHIRLANDA SILVA
VIA FROVA 10, CINISELLO BALSAMO

COME SI ACQUISISCONO LE COMPETENZE?

Hard skill:

scuola, corsi di Formazione, stage, contesti professionali

Soft skill:

scuola, esperienze di vita quotidiana, contesti informali

JOB WEEK
13-17 NOVEMBRE 2023
VILLA GHIRLANDA SILVA
VIA FROVA 10, CINISELLO BALSAMO

Come posso sviluppare le mie soft skills?

Rifletti su te stesso,

prendi coscienza delle competenze possedute,

mettiti in discussione,

chiedi un supporto

PERFORMANSE

Nel 1988, grazie una partnership nella Silicon Valley, **nasce PerformanSe** (S per Sistema ed E per Esperto), con sede a Nantes, in Francia.

Progetta, sviluppa e distribuisce strumenti di supporto decisionale, dedicati alla valutazione e allo sviluppo delle competenze, per migliorare le performance individuali e collettive.

Obiettivo: sviluppare strumenti scientifici per la conoscenza e lo sviluppo delle **competenze** e delle **motivazioni** in situazione professionale.

JOB WEEK
13-17 NOVEMBRE 2023
VILLA GHIRLANDA SILVA
VIA FROVA 10, CINISELLO BALSAMO

LA VALUTAZIONE DELLE SOFT SKILLS

Gli strumenti di Performanse – Echò ed Evolution:

- Questionari in autosomministrazione

- La persona vista come un sistema complesso in continua interazione con l’ambiente

- Competenze relazionali e settore lavorativo

JOB WEEK
13-17 NOVEMBRE 2023
VILLA GHIRLANDA SILVA
VIA FROVA 10, CINISELLO BALSAMO

Per maggiori informazioni scrivi a

assessment@ciofslombardia.com