

L'ARTE DI ASCOLTARE

La capacità di ascolto è ritenuta, oggi, una tra le più importanti competenze professionali: si tratta di una competenza soft in grado di fare la differenza nei rapporti con i collaboratori e che favorisce il "salto" dall'autorità all'autorevolezza. Saper ascoltare significa anche recuperare un aspetto essenziale della propria dimensione personale, nonché una delle caratteristiche portanti della comunicazione efficace.

Spesso si genera una resistenza a ricercare dentro di sé uno spazio che permetta l'ascolto. Ascoltare se stessi e avere la consapevolezza delle proprie emozioni sono veri e propri segnalatori interiori e costituiscono il presupposto all'empatia, dote fondamentale per gestire risorse umane.

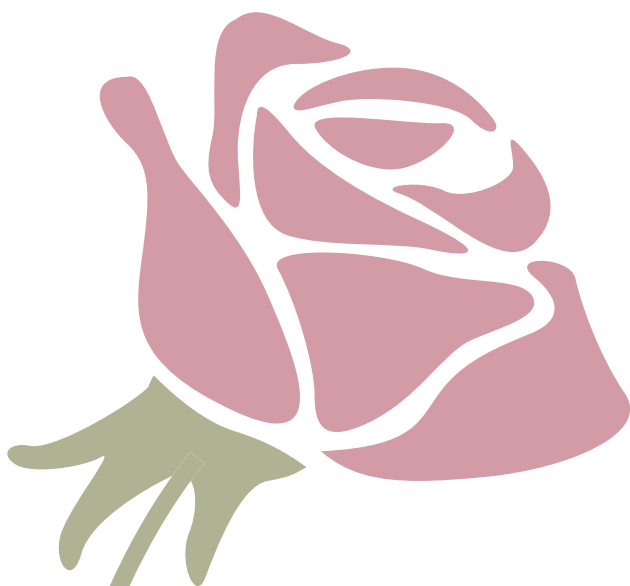
E poi, quale ascolto? Esistono differenti modi di ascoltare, solo alcuni sono efficaci. È significativo constatare, nelle indagini di people satisfaction (cioè sulla soddisfazione dei collaboratori), come proprio l'incapacità da parte del capo di ascoltare sia tra i primissimi fattori che generano insoddisfazione. Ascoltare non è facile come sembra, richiede sforzo e pratica ma è un'abilità che può essere appresa.

OBIETTIVI

- Percepire la propria personale capacità di ascolto.
- Acquisire strategie e tecniche di ascolto efficace.
- Sviluppare e migliorare la propria capacità empatica.

CONTENUTI

- La professionalità e le sue dimensioni soft
- La capacità di ascolto nella logica dell'empowerment
- Le soglie del rumore e la sordità emozionale
- Saper cogliere il "campo percettivo" dell'altro
- Saper ascoltare: atteggiamenti positivi e criticità
- Ascoltare se stessi
- Tecniche di ascolto attivo
- L'empatia e l'ascolto empatico
- Autodiagnosi della propria capacità di ascolto
- Ascolto e riflesso delle emozioni
- Verso una leadership dell'ascolto



Durata 2 giornate

Metodologia

Didattica attiva ed esperienziale che utilizza situazioni autocentrate, empathy lab, simulazioni, vissuti corporei, musiche e brani cinematografici.