



Giovanna Maria Bonanno – Psicologa del Lavoro

**Catalogo Corsi e Servizi**

P. IVA: 06541740822 - Sito web: [www.corporemind.com](http://www.corporemind.com)

Email: [giovanna@corporemind.com](mailto:giovanna@corporemind.com)

# Presentazione Docente



Giovanna Maria Bonanno, Psicologa del Lavoro e delle Organizzazioni.

Mi occupo principalmente di progettazione ed erogazione di corsi di formazione sul potenziamento delle soft skills e di consulenza di carriera.

Opero dal 2014 in collaborazione con aziende ed associazioni operanti nella Consulenza alle aziende, nel No Profit e Terzo settore ed in passato ho lavorato anche nel settore Pubblico, su specifici progetti.

In particolare ho maturato esperienza nell'ambito delle Risorse Umane, progetti e servizi seguiti: progettazione ed erogazione di corsi di formazione, consulenze di carriera, orientamento professionale, Ricerca e Selezione del Personale, progettazione di Team Building, mentoring su Politiche di Genere e valorizzazione dell'Empowerment al femminile, Brainstorming creativi (su cui tengo anche dei corsi) ed aule di gamification.

Basata a Milano, opero in tutto il territorio nazionale e online.

Iscritta all'Ordine degli Psicologi della Regione Lombardia.

# Potenziamento della Leadership

## Obiettivi dell'Intervento Formativo

- Apprendere quali comportamenti legittimano la leadership
- Individuare ed esercitare autorevolmente il proprio stile di leadership
- Gestire efficacemente un team di lavoro: sviluppo del potenziale e monitoraggio delle performance

## Modalità e Destinatari dell'Intervento

**Modalità di erogazione della formazione:** in presenza o online, dalle 8 alle 16 ore di formazione, lezione ed esercitazioni pratiche

**Destinatari:** Team leader e futuri team leader

**Numero di partecipanti:** da 2 a 10 persone

## Ipotesi di contenuti

- Modelli e concetti teorici
- Stili di Leadership
- Delega
- Motivazione dei collaboratori
- Valutazione delle performance
- Intelligenza emotiva
- Comunicazione efficace e gestione del feedback
- Prevenzione e gestione dei conflitti

# Problem solving e Decision Making

## Obiettivi dell'Intervento Formativo

- Imparare ad analizzare i problemi
- Acquisire consapevolezza nel processo decisionale
- Far proprio un approccio strutturato alla risoluzione dei problemi

## Modalità e Destinatari dell'Intervento

**Modalità di erogazione della formazione:** in presenza o online, dalle 8 alle 16 ore di formazione, lezione ed esercitazioni pratiche

**Destinatari:** Executive, Manager e Professional. Chiunque voglia rafforzare le proprie capacità decisionali e di risoluzione di problemi complessi.

**Numero di partecipanti:** da 3 a 10 persone

## Ipotesi di contenuti

- Modelli e definizioni
- Il processo del problem solving
- Gli errori di valutazione
- Il processo del decision making
- Brainstorming
- Tecniche di problem solving e decision making, alcuni esempi: diagramma causa-effetto, scamper, finestra delle conseguenze, matrice sforzo impatto, approccio prototipale, ...

# Intelligenza Emotiva

## Obiettivi dell'Intervento Formativo

- Acquisire maggiore consapevolezza emotiva
- Conoscere le applicazioni del costrutto di intelligenza emotiva e gli effetti sulla vita professionale

## Modalità e Destinatari dell'Intervento

**Modalità di erogazione della formazione:** in presenza o online, 8 ore di formazione, lezione ed esercitazioni pratiche

**Destinatari:** tutti coloro interessati ad acquisire maggiore consapevolezza emotiva per migliorare le performance e il benessere in azienda.

**Numero di partecipanti:** da 2 a 10 persone

## Ipotesi di contenuti

- Modelli e definizioni
- Emozioni primarie e secondarie
- A cosa servono le emozioni
- Strategie di regolazione delle emozioni
- Intelligenza emotiva
- Applicazioni pratiche del costrutto di intelligenza emotiva

# Comunicazione efficace

## Obiettivi dell'Intervento Formativo

- Apprendere quali comportamenti rendono efficace la nostra comunicazione
- Riconoscere e affinare il proprio stile comunicativo
- Gestire efficacemente la propria comunicazione non verbale

## Modalità e Destinatari dell'Intervento

**Modalità di erogazione della formazione:** in presenza o online, dalle 8 alle 16 ore di formazione, lezione ed esercitazioni pratiche

**Destinatari:** Executive, Manager e Professional. Chiunque voglia rafforzare le proprie capacità comunicative

**Numero di partecipanti:** da 2 a 20 persone

## Ipotesi di contenuti

- Modello Classico
- Modello Sistemico
- Modello Ecologico
- Comunicazione non verbale
- Comunicazione nel digitale
- Ascolto
- Analisi del proprio stile comunicativo
- Il feedback

# Comunicazione assertiva

## Obiettivi dell'Intervento Formativo

- Apprendere quali comportamenti rendono assertiva la nostra comunicazione
- Riconoscere e affinare il proprio stile comunicativo

## Modalità e Destinatari dell'Intervento

**Modalità di erogazione della formazione:** in presenza o online, 8 ore di formazione, lezione ed esercitazioni pratiche

**Destinatari:** Executive, Manager e Professional. Chiunque voglia rafforzare le proprie capacità di comunicazione assertiva

**Numero di partecipanti:** da 2 a 10 persone

## Ipotesi di contenuti

- I tre principali stili di comportamento comunicativo (passivo, aggressivo ed assertivo)
- Approfondimento stile assertivo (aspetti verbali e non verbali)
- Riconoscere i propri bisogni
- Difendersi dalle manipolazioni
- Paura di parlare in pubblico
- Imparare a dire di no

# Gestione dello stress

## Obiettivi dell'Intervento Formativo

- Conoscere lo stress e le sue accezioni negative e positive
- Applicare tecniche e strategie efficaci per la gestione dello stress

## Modalità e Destinatari dell'Intervento

**Modalità di erogazione della formazione:** in presenza o online, 8 ore di formazione, lezione ed esercitazioni pratiche

**Destinatari:** tutti coloro interessati ad acquisire tecniche di gestione dello stress

**Numero di partecipanti:** da 2 a 20 persone

## Ipotesi di contenuti

- Cos'è lo stress
- Distinzione tra Eustress e Distress
- Le fasi dello stress e le sue conseguenze
- Il rischio da Stress Lavoro-Correlato (SLC)
- Saper diagnosticare il proprio livello di stress
- Strategie per gestire lo stress

# Gestione del tempo

## Obiettivi dell'Intervento Formativo

- Apprendere tecniche per migliorare la capacità di gestione del tempo
- Imparare a organizzare il lavoro nel medio e lungo termine

## Modalità e Destinatari dell'Intervento

**Modalità di erogazione della formazione:** in presenza o online, 8 ore di formazione, lezione ed esercitazioni pratiche

**Destinatari:** tutti coloro interessati ad acquisire tecniche di time management

**Numero di partecipanti:** da 2 a 20 persone

## Ipotesi di contenuti

- Concetti teorici e definizioni
- Le 7 leggi del tempo
- Sprechi e ladri di tempo
- Ladri di tempo digitali
- Tecniche di time management
- Gestione dell'agenda

# Lavoro in team

## Obiettivi dell'Intervento Formativo

- Apprendere tecniche per costruire team di lavoro interdipendenti
- Acquisire consapevolezza del proprio modo di relazionarsi all'interno di un gruppo di lavoro

## Modalità e Destinatari dell'Intervento

**Modalità di erogazione della formazione:** in presenza o online, dalle 8 alle 16 ore di formazione, lezione ed esercitazioni pratiche

**Destinatari:** Team e gruppi di lavoro, leader e futuri team leader

**Numero di partecipanti:** da 2 a 20 persone

## Ipotesi di contenuti

- Team e gruppo di lavoro
- Obiettivi condivisi
- Metodo di lavoro
- Ruoli all'interno del team
- Comunicazione nei team
- Sviluppo di un piano d'azione condiviso

# Team Building

Gestione dell'organizzazione dell'evento e delle attività formative: identificazione location in accordi col cliente, progettazione ed erogazione della formazione in aula, progettazione e gestione di esercitazioni pratiche e delle eventuali attività outdoor.

Su richiesta valutazione delle prestazioni dei partecipanti, restituzione del feedback, report di restituzione agli HR e follow-up.

# Ulteriori tematiche in ambito soft skills

Seminari più brevi della durata di mezza giornata:

- Negoziazione efficace
- Autoefficacia personale
- Definizione dell'obiettivo e pianificazione

Possibilità di approfondimento e di creazione di esercitazioni specifiche.

# Consulenza

- Consulenza in percorsi di Onboarding dei dipendenti, Ricerca e selezione di personale;
- Formazione: formazione ai formatori, percorsi di microlearnig, orientamento agli orientatori;
- Benessere Organizzativo, Valorizzazione delle Risorse Umane.

# Gamification aziendale

- Consulenza e formazione di gamification dei processi organizzativi: selezione, formazione, marketing
- Gamification di interventi formativi in aula e online (caccie al tesoro, escape room)

# Sessioni di coaching e follow-up

È possibile programmare ed effettuare dei momenti di follow-up successivi all'erogazione della formazione, sotto forma di **sessioni di coaching** (individuali o di team) o di follow-up strutturato.

Si consiglia, qualora si decidesse di effettuare le sessioni di coaching, di concordare un pacchetto di appuntamenti.

# Facilitazione di aule di Brainstorming Creative

Facilito aule (di minimo 6 persone) a identificare nuove soluzioni per i loro prodotti, servizi o processi interni, mediante l'utilizzo di tecniche di Brainstorming creative.

# Richiedi il tuo per-corso personalizzato

Disponibile a progettare corsi ad hoc su altri argomenti e tematiche, in caso di interesse reciproco.

Contattami al mio indirizzo email: [giovanna@corporemind.com](mailto:giovanna@corporemind.com)