

Percorso "Leader di te stesso"



**Performance
Technology
Solutions**

Facilitatore: Diane Fryman

- **Psicologa organizzativa di origine statunitense**
- **Business coach**, formatrice, consulente e speaker internazionale da oltre 25 anni
- **Imprenditrice**: nel 2002 ha fondato [Performance Technology Solutions](#), società che offre soluzioni integrate ad hoc per migliorare la performance di individui, gruppi ed organizzazioni
- **Docente e coach** presso **il Sole24Ore** (Master "Leadership & Empowerment")
- **Docente** presso **l'European School of Economics** ("Entrepreneurial Management and Leadership" e "Organizational Communication")
- **Membro fondatore** della Professional Women's Association (**PWA**) e del primo club **Toastmasters** in Italia



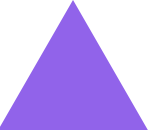


Obiettivi del percorso "Leader di te stesso"

- Acquisire **consapevolezza** dei **limiti autoimposti** che hanno un impatto sulla tua vita ed adottare **tecniche** per superarli
- Individuare il tuo **stile naturale di comunicazione** ed acquisire flessibilità nell'**adattarlo** a seconda degli obiettivi
- Migliorare la tua capacità di **ascolto attivo** per individuare i **bisogni** dei tuoi interlocutori
- Adottare un **approccio proattivo** per definire e gestire le tue **priorità** in ambito lavorativo e personale

Struttura del percorso "Leader di te stesso"



-  attività preparatoria individuale
-  sessione online di gruppo
-  sessione online di coaching individuale

Perché seguire il percorso?

- Riceverai un **feedback individuale** sulle **attività preparatorie** che svolgerai prima di ciascuna sessione di gruppo per aumentare la tua **auto-consapevolezza**
- Parteciperai a **sessioni di gruppo online altamente interattive** in cui avrai modo di mettere **subito in pratica** i tuoi apprendimenti
- Raggiungerai **più velocemente** i tuoi **obiettivi** grazie alle **sessioni di coaching online personalizzate** sulle tue esigenze

Servizi inclusi nel percorso

Servizi	Durata	Prezzo (IVA esclusa)
<ul style="list-style-type: none">• 4 sessioni online di gruppo (2 ore cad.)• 4 sessioni online di coaching individuale (1 ora cad.)	12 ore	800 €

Superare i limiti autoimposti per realizzare le tue aspirazioni

Che cosa scoprirai?

- Acquisire **consapevolezza** ed individuare i tuoi limiti autoimposti ed il loro **impatto** sulla tua vita
- Scoprire i benefici di adottare un "**growth mindset**" per vivere meglio e realizzare i tuoi sogni
- Adottare **strategie e tecniche** per superare i tuoi limiti autoimposti

Modalità

- Attività preparatoria con **feedback individuale**
- Sessione in aula **altamente interattiva** con **attività applicative** sui tuoi specifici limiti autoimposti per individuare come superarli

Essere assertivi per raggiungere i tuoi obiettivi con facilità

Che cosa scoprirai?

- Comprendere l'**impatto** del tuo stile comunicativo sugli altri
- **Adattare** il tuo **stile di comunicazione** a seconda della **situazione** e degli obiettivi

Modalità

- Questionario preparatorio sul tuo stile naturale di comunicazione con **feedback individuale**
- Sessione in aula **altamente interattiva** con **attività applicative** su **casi tipici reali** per analizzare e migliorare l'efficacia della tua comunicazione

Ascoltare attivamente per cogliere i bisogni degli altri

Che cosa scoprirai?

- Comprendere l'**impatto** della tua capacità di ascolto sugli altri
- Migliorare la tua capacità di **ascolto attivo** per individuare i **bisogni** dei tuoi interlocutori e creare **collaborazione**

Modalità

- Questionario preparatorio sul tuo livello di ascolto attivo con **feedback individuale**
- Sessione in aula **altamente interattiva** con **attività applicative** per migliorare il tuo livello di ascolto

Focalizzare sulle priorità per lavorare e vivere meglio

Che cosa scoprirai?

- Individuare e valorizzare il tuo **stile naturale** di gestione del tempo
- Definire gli **obiettivi** ed assegnare le **priorità** alle attività secondo il grado di **importanza** e di **urgenza**
- Ridurre lo **stress** legato alle attività lavorative, adottando un approccio **proattivo** ed **assertivo**

Modalità

- Questionario preparatorio sul tuo stile naturale di gestione del tempo con **feedback individuale**
- Sessione in aula **altamente interattiva** con **attività applicative** per analizzare e migliorare il tuo attuale stile di gestione del tempo

Alcune testimonianze

- "Diane è una brillante formatrice, in grado di **coinvolgere** continuamente una classe di professionisti con background ed esperienze completamente diversi. Ha avuto un **impatto molto positivo** sulle mie competenze professionali, le mie soft skills ed i miei progetti personali."
Maria Charrouf – Account Director – Jellyfish
- "Le sessioni di formazione di Diane sono state **coinvolgenti** e hanno coperto un'ampia gamma di **problemi pratici** che siamo stati in grado di **risolvere immediatamente**. Le sessioni di coaching sono state utili per aumentare la mia **auto-consapevolezza** e mi hanno aiutato a concentrarmi meglio sulle aree chiave di sviluppo per **ottenere risultati, motivare** le persone e andare **oltre le aspettative**."
Dario Anatilopan – Air Time Sales Director – Warner Bros. Discovery