

La Scienza della Felicità in Azienda

02 GIORNI

OBIETTIVI

Gli studi sulla Psicologia Positiva prima, e sull'Happiness poi, stanno sempre più facendo il loro ingresso nelle aziende e nelle organizzazioni in generale. Non si tratta di un trend, ma di una vera e propria rivoluzione culturale nello stile di gestione delle persone, ormai sempre più al centro nei processi organizzativi delle aziende piccole, medie e grandi. Poter andare nel dettaglio di come applicare nel proprio mondo lavorativo i principi e le tecniche proprie della scienza della felicità è l'obiettivo di questo corso.



"L'uomo sereno procura serenità a sé e agli altri"

EPICURO

PROGRAMMA

Storia della felicità

- > Che cos'è (e cosa non è la felicità)
- > Agli albori: dai greci alle tradizioni iniziatiche sul concetto di felicità
- > La psicologia classica e la felicità
- > La psicologia positiva e la felicità

Le basi scientifiche della felicità

- > Dagli studi sul benessere alla concettualizzazione scientifica della felicità
- > Il costrutto di felicità secondo la psicologia positiva
- > Il modello PERMA di Seligman
- > Test: misuriamo il nostro livello di felicità
- > Drivers della felicità
- > Caratteristiche della felicità
- > Effetti della felicità

Il vantaggio della felicità in azienda

- > I numeri dell'infelicità
- > I numeri della felicità
- > Cos'è un'azienda felice
- > Come individuare un'azienda felice
- > Test: misuriamo il livello di felicità della nostra realtà aziendale
- > I risultati della felicità in azienda

Componenti individuali della felicità in azienda

- > Consapevolezza di sé e delle proprie qualità
- > Esercitazione: personal SWOT analysis
- > Personal empowerment
- > Chiarezza di obiettivi e chiarezza di direzione
- > Sentirsi valorizzati
- > Contribuire

- > Convinzioni limitanti e convinzioni potenzianti
- > Allineamento di valori
- > Esercitazione: conoscere i propri valori

Componenti organizzative della felicità in azienda

- > La chiarezza di ruoli
- > L'equità
- > L'allineamento alla mission e vision
- > Regole chiare e piani di crescita strutturati
- > Valorizzazione, incentivazione, riconoscimento
- > Il ruolo della fiducia

Esercitazioni per lo sviluppo della felicità

- > Riconoscere i propri talenti
- > Esercizio sulla gratitudine
- > Fai ciò che ami, ama ciò che fai
- > Attivare il self-empowerment cycle

Antecedenti dell'infelicità in azienda

- > Gli automatismi
- > L'identificazione
- > Le emozioni negative
- > La dissonanza emotiva e relazioni di circostanza
- > Rinforzi negativi
- > Assenza di regole chiare
- > Disorganizzazione
- > Resistenze al cambiamento
- > L'incentivazione della disfunzionalità
- > Discriminazioni e favoritismi
- > La cultura del pettegolezzo
- > Cultura dell'attività vs cultura del risultato

- > Decisioni top-down e compartecipazione
- > Sincerità e trasparenza
- > Incoerenza della leadership: il potere dell'esempio

Leadership e felicità in azienda

- > Che tipo di leadership caratterizza un'azienda felice
- > Test sullo stile di leadership positivo: quanto siamo leader positivi?
- > Le 5 qualità di base della Positive Leadership
- > I valori di un'azienda felice
- > "Fare" i felici o "essere" felici
- > Il ruolo della leadership per la felicità: quale responsabilità
- > Quali sono i segnali che un leader dovrebbe considerare
- > Le pratiche della leadership positiva: generare successo facendo fiorire le persone

Nuovi trend della felicità in azienda

- > Le organizzazioni Teal
- > CHO: Chief Happiness Officer



PARTECIPANTI



Tutti coloro che vogliono comprendere meglio ciò che sta alla base della Scienza dell'Happiness, che intuiscono il valore della positività come elemento di sviluppo personale e professionale e che vogliono comprendere come portare un "modello positivo" nella propria organizzazione.

EDIZIONI

2019


Milano, 21-22 Marzo

Milano, 30-31 Maggio


Milano, 30-31 Ottobre


ISCRIZIONI

 SINGOLA € 1.315 (+IVA) per l'iscrizione di un partecipante

 MULTIPLA -15% a persona per:
• 2 o più iscritti alla stessa edizione del corso
• 9 o più iscrizioni nell'arco di 12 mesi a diversi corsi a catalogo

COME ISCRIVERSI

 +39 02 38010666

 +39 02 38010871

 www.scuoladipaloalto.it

 informazioni@paloaltoscuola.it