

Laboratorio online di Comunicazione e Soft skills – CdS Magistrali

AA 2023/24 – Risultati di sintesi

OB assegnati: **198** - Numero di risposte: **189**

Scuola	n. partecipanti	%
Agraria e Medicina Veterinaria	2	1,06%
Economia e Scienze politiche	8	4,23%
Giurisprudenza	3	1,58%
Ingegneria	39	20,63%
Medicina e chirurgia	27	14,28%
Psicologia	30	15,87%
Scienze	10	5,29%
Scienze umane, sociali e del patrimonio culturale	70	37,04%

Corso di Studio	n. partecipanti	%
Magistrale	175	92,59%
Magistrale a Ciclo unico	14	7,41%

Anno di corso	n. partecipanti	%
Primo	19	10,05%
Secondo	128	67,72%
Quarto	0	0%
Quinto	14	7,40%
Sesto	2	1,06%
Fuori corso	26	13,75%

Laboratorio di Comunicazione e Soft skills – CdS Magistrali

AA 2023/24 – Risultati di sintesi

OB assegnati: **198** - Numero di risposte: **189**

Complessivamente quanto si ritiene soddisfatto di come si è svolto il Laboratorio?

Media	Mediana	% risposte < 6	% risposte > 8
8,89	9	1,56%	70,89%

All'inizio del Laboratorio gli obiettivi e i contenuti sono stati presentati in modo chiaro?

Media	Mediana	% risposte < 6	% risposte > 8
9,20	10	1,06%	78,83%

Le risorse didattiche online (testi, unità ipertestuali, filmati multimediali,...) sono di facile accesso e utilizzo?

Media	Mediana	% risposte < 6	% risposte > 8
9,54	10	0%	87,30%

Le risorse didattiche online (testi, unità ipertestuali, filmati multimediali,...) sono state utili per l'apprendimento della materia?

Media	Mediana	% risposte < 6	% risposte > 8
9,36	10	1,06%	82,54%

Gli strumenti di esercitazione online (Quiz, Forum...) sono di facile accesso e utilizzo?

Media	Mediana	% risposte < 6	% risposte > 8
9,36	10	1,06%	85,18%

Gli strumenti di esercitazione online (Quiz, Forum...) sono state utili per l'apprendimento della materia?

Media	Mediana	% risposte < 6	% risposte > 8
9,22	10	1,59%	82,54%

La docente ha esposto gli argomenti in modo chiaro?

Media	Mediana	% risposte < 6	% risposte > 8
9,49	10	0,53%	87,83%

La docente ha stimolato / motivato l'interesse verso la disciplina?

Media	Mediana	% risposte < 6	% risposte > 8
9,29	10	2,12%	79,89%

Qui di seguito si riportano alcune delle risposte alla domanda **“Per quali ragioni CONSIGLIEREBBE a un/a Suo/a collega questo Laboratorio? Indichi gli aspetti che ritiene POSITIVI, che l'hanno SODDISFATTA, che ritiene IMPORTANTI, esplicitando le ragioni della Sua valutazione”**

Consiglierei a un mia collega questo laboratorio per la sua approfondita copertura di temi cruciali, praticità nelle strategie proposte, adattabilità a diverse situazioni, promozione del benessere, focus sullo sviluppo di soft skills e l'incoraggiamento al monitoraggio costante dei progressi. Il programma offre un approccio olistico, favorisce una crescita equilibrata, e il riconoscimento dei successi contribuisce a una mentalità positiva, rendendolo un investimento prezioso per la crescita personale e professionale.

Questo Laboratorio offre un approfondimento unico su temi attuali spesso trascurati nei vari Corsi di Laurea, fornisce una prospettiva approfondita e stimolante che può arricchire significativamente la comprensione di argomenti rilevanti nella società odierna. Quello che più ho apprezzato del Laboratorio è la praticità e l'applicabilità delle nozioni apprese che si traducono in benefici tangibili per la vita professionale e quotidiana. L'approccio concreto rende l'esperienza formativa non solo istruttiva ma anche immediatamente utile nel contesto lavorativo e nella routine quotidiana. Ho inoltre trovato estremamente utili i workshop che ci hanno consentito di metterci alla prova.

Consiglierei questo laboratorio per diversi motivi: innanzitutto, per via delle specifiche modalità in cui è organizzato, viene lasciato ampio margine di azione nella gestione del tempo e delle scadenze e questo per me è stato un grande vantaggio. In secondo luogo, i contenuti del laboratorio (in particolare le unità dedicate all'intelligenza emotiva, alle competenze comunicative, alla gestione dello stress) in un certo senso obbligano ad un lavoro di introspezione che può essere molto istruttivo sia a livello personale sia nello spendere ciò che si è appreso sul posto di lavoro. Consiglierei il laboratorio anche per la disponibilità della docente: la velocità con cui ho ricevuto risposta, la chiarezza nelle spiegazioni e nella definizione dei compiti per me sono state fondamentali per apprendere nel migliore dei modi e rispettare tutte le scadenze.

Nel complesso, consiglierei questo Laboratorio per la sua efficacia nel guidare una trasformazione personale autentica e centrata sui valori.

Consiglierei ad un* mi* collega questo laboratorio perché è molto utile per la crescita personale, la riflessione e lo sviluppo concreto delle Self Skills. Inoltre la struttura del corso, on-line ma asincrona, permette la frequenza, cosa ancora più preziosa, l'interazione ed il confronto con i colleghi nello svolgimento dei compiti, anche a chi lavora ho ha una vita familiare invadente. Mi è piaciuto molto anche il materiale di approfondimento fornito che mi ha permesso di accedere a contenuti on line che mi hanno aperto la porta verso spazi da cui attingere materiale di ottima qualità ed aggiornato.

Ho trovato l'intero Laboratorio interessante, arricchente e stimolante. Consente di sviscerare per davvero tutti gli elementi che costituiscono la comunicazione, ma anche le soft skills personali ed il dialogo interiore. Dopo aver svolto questo Laboratorio con il dovuto impegno, lo studente avrà sicuramente acquisito maggiore consapevolezza di sé stesso e gli strumenti utili ad un percorso di miglioramento personale.

Consiglierei assolutamente questo Laboratorio più che a ogni collega, a ogni persona. Lo ritengo fondamentale per la crescita personale ancora prima che professionale di ognuno e penso che sia molto utile già a partire dai primi anni di università. Purtroppo ho prestato attenzione e ho deciso di intraprendere il Laboratorio solamente alla fine del mio percorso di Laurea Magistrale ma mi sarebbe risultato utilissimo anche qualche anno fa.

Ritengo che la gestione, l'organizzazione del corso e l'impegno da parte della Professoressa siano stati ineccepibili. Nel poco tempo a disposizione è riuscita a fornire una panoramica molto ampia nell'ambito delle soft-skills, riportando le informazioni fondamentali per comprendere a pieno i concetti, illustrando le strategie per applicare la teoria nelle nostre esperienze di studio e lavoro e fornendo gli opportuni riferimenti bibliografici e sitografici per approfondire personalmente gli aspetti che ci interessano di più o che riteniamo siano più importanti per il nostro sviluppo comunicativo e personale.

Le attività sono state pensate in modo oculato per permetterci di apprendere le nozioni teoriche e successivamente di verificare in modo concreto di averle interiorizzate e di saperle applicare.

Consiglierei questo laboratorio perché fa riflettere su aspetti che pensiamo di conoscere già e soprattutto di mettere già in atto, mentre la maggior parte delle volte ne conosciamo il significato generale per sentito dire ma non le definizioni effettive riportate dalla letteratura. comprendere nel dettaglio cosa vogliono dire certi costrutti come resilienza, autoefficacia, intelligenza emotiva e altri, ci può aiutare a migliorarci e a notare in quali punti siamo più carenti. Mi hanno soddisfatta le modalità con cui si è svolto il laboratorio, perché erano molto vari tra di loro: test, riflessioni sui test, video e parti scritte che hanno consentito di approfondire in modi diversi i vari argomenti e questo ha fatto sì che potessi immagazzinare meglio le informazioni e apprendere più velocemente.

Questo laboratorio mi ha spronata a riflettere sulle mie tendenze comunicative, offrendomi preziosi suggerimenti per migliorare non solo le mie capacità di comunicazione, ma anche il mio stato psicofisico. Consiglierei il laboratorio in quanto ritengo che l'autoanalisi che ne consegue sia fondamentale per il proprio sviluppo personale.

Lo consiglierei ad un/una mio/a collega perché potrebbe conoscere e approfondire argomenti tipicamente psicologici ma che potrebbero aiutarlo/a a migliorare le proprie capacità comunicative, relazionali, i propri comportamenti e la gestione del proprio pensiero e delle proprie emozioni.

L'aspetto positivo del corso sono gli approfondimenti (con inerente sitografia e bibliografia) degli argomenti, con riferimenti teorici e con collegamenti agli autori e alle autrici principali.

Sono rimasta soddisfatta della scelta degli argomenti trattati e ritengo sia importante che temi come l'assertività, l'intelligenza emotiva e la self-compassion siano disponibili in un corso universitario aperto agli studenti.

Consiglierei questo laboratorio in quanto straordinariamente completo nella presentazione delle soft skills e nell'acquisizione di reale competenza rispetto a queste. Interessante e mai noiosa la scelta di sussidi didattici misti (videolezioni, questionari di autovalutazione e sessioni descrittive).

Questo corso ha contribuito a cambiarmi la vita. Mi sento molto più sicura di me stessa. Molto più capace di motivarmi e organizzarmi in generale le giornate: infatti, perdo molto meno tempo a rimuginare e a farmi trasportare dai pensieri. Questo corso mi ha insegnato a diventare più consapevole di me stessa: delle mie emozioni e dei meccanismi che governano la mia mente. L'ha fatto quanto basta per riuscire a calmare i momenti di stress e di ansia, di pressione e di rabbia e per vivermi a pieno la gioia e le altre emozioni positive. Riesco a rapportarmi ai miei colleghi di università e agli amici con più abilità e grazie alle cose che ho appreso su di me, riesco a comprendere meglio gli altri e a mettere dei confini per evitare di farmi travolgere dalle loro emozioni o situazioni.

Questo Laboratorio lo consiglierei a tutte le persone che stanno per entrare nel mondo del lavoro. L'intero percorso è stata una sorta di diario personale, quasi come uno specchio che rifletteva i nostri aspetti migliori e quelli più deboli in relazione alla comunicazione. Ci ha fornito inoltre, gli strumenti adeguati per imparare a gestire i nostri punti deboli e quelle situazioni stressanti o difficili nelle quali ci imbattiamo nella vita di tutti i giorni. E' stato davvero piacevole e interessante parteciparvi e seguire le varie unità settimana dopo settimana. Un punto molto gradevole concerne l'Unità 4: l'interazione con gli altri studenti è stata veramente proficua e l'interesse, nonché l'impegno dimostrati dai miei colleghi, lo hanno reso ancora più interessante. Inoltre, un aspetto molto positivo è stata l'organizzazione della prof.ssa Chignoli che, con la sua gentilezza e la disponibilità che ci ha sempre offerto, ha reso questo Laboratorio migliore. Se avessi la possibilità, lo rifarei.

Ho trovato questo laboratorio estremamente utile, non solo per la vita professionale, ma anche e soprattutto per quella personale. Ritengo che un corso di questo tipo vada introdotto in tutti i corsi universitari, ma anche nelle aziende private, negli uffici, nelle scuole e in ogni altro contesto lavorativo che preveda il team work e contatto con il pubblico. In certi contesti lavorativi spesso si creano delle dinamiche tossiche, dovute ad una scarsa capacità da parte delle persone di gestire le situazioni con intelligenza emotiva. Questo laboratorio è utile perché fornisce spunti di riflessione su noi stessi, e su come spesso certi pensieri negativi che giungono a farci stare male non solo psicologicamente, ma anche fisicamente siano semplicemente il frutto di una scarsa capacità di leggerci dentro. Dopo questo laboratorio ho imparato ad avere più consapevolezza dei miei pensieri e delle mie sensazioni, e questo mi sta dando molte soddisfazioni perché mi aiuta a vivere la quotidianità e i miei impegni professionali in modo più sereno e presente.

Consiglierei questo laboratorio non solo per la sua incontestabile utilità pratica nel mondo del lavoro, bensì anche per un arricchimento a livello personale. I test e i questionari che abbiamo compilato durante il percorso hanno permesso infatti di calare nel quotidiano gli insegnamenti teorici nominati nel laboratorio; ciò rappresenta un messaggio chiaro sull'importanza, nella vita di tutti i giorni, delle soft skills. Inoltre, molto spesso, si conoscono solamente a grandi linee questi argomenti e non ci si sofferma a riflettere sulla loro effettiva importanza e sulla nostra padronanza. Il laboratorio rappresenta un'occasione di riflessione che facilita la presa di coscienza della propria persona.

La docente inoltre si è resa sempre disponibile a eventuali chiarimenti ed ha strutturato il laboratorio in modo tale da permettere ad ognuno, per limiti possibili, di gestirlo in base ai propri ritmi.

Consiglio vivamente il laboratorio sulle soft skills a tutti. Queste competenze sono essenziali per eccellere in ogni settore, fornendo strumenti per migliorare la comunicazione, la gestione dello stress, il lavoro di squadra e la leadership. Partecipare al corso è un investimento prezioso per lo sviluppo personale e professionale, offrendo un apprendimento pratico e stimolante.

Ci sono diverse ragioni per consigliare questo laboratorio ad un/una collega. Innanzitutto, frequentare questo laboratorio mi ha offerto un'opportunità preziosa di sviluppo personale e professionale poiché migliorare le capacità comunicative, la leadership e la gestione dello stress, in particolare, ha sicuramente un impatto positivo sulla carriera. Imparare a comunicare in modo efficace migliora le relazioni interpersonali sia sul posto di lavoro che nella vita personale e questo laboratorio offre strategie per gestire conflitti, ascoltare attivamente e comunicare in modo chiaro. Infine, soft skills come gestione del tempo, pianificazione e collaborazione possono contribuire a un aumento della produttività sul lavoro e questo laboratorio si concentra su queste aree fornendo strumenti pratici per migliorare efficienza e rendimento.

Sono trattati molti argomenti interessanti ed utili, fornendo una buona panoramica delle soft skills in generale, con alcuni approfondimenti non troppo scontati ma certo di valore. Oggi le soft skills sono considerate requisiti essenziali nel mondo del lavoro, specie a determinati livelli di responsabilità. In questo laboratorio abbiamo anche uno scorcio su aspetti di gestione manageriale pregevoli.

Il contenuto didattico non è eccessivo e compatibile con altre attività, quindi gestibile sia in termini di fruibilità che di espletamento dei compiti. La flessibilità è rispettata anche in termini di disponibilità a riprogrammare le scadenze. Il carico di lavoro è quindi ad approfondimento a piacere. I temi vengono trattati con opportuna sinteticità.

Non mancano tuttavia spunti di approfondimento che possono essere coltivati nel tempo. Molto interessanti le iniziative della scala dei valori ed il piano di sviluppo personale. Nel complesso un'esperienza piacevole ed utile.

Consiglierei senza dubbio questo laboratorio ai miei colleghi perchè è stato per me un momento di crescita e riflessione personale. Inoltre, ho apprezzato molto le modalità con cui è stato erogato perchè è organizzato in modo da permettere a noi studenti di conciliare questo lavoro con gli impegni accademici.

Lo consiglierei come strumento di crescita umana e professionale, in quanto utile a gestire comportamenti controproducenti di cui spesso non si ha consapevolezza nell'agire quotidiano. L'aspetto più costruttivo è che il laboratorio si avvale anche di sezioni che insegnano a rovesciare le nostre convinzioni, articolando dei percorsi migliorativi attraverso una definizione precisa degli obiettivi (Piano di Sviluppo Personale) e promuovendo un costante dialogo interiore (autoconsapevolezza - autoregolazione). Offre, insomma, degli strumenti concreti per cambiare la propria forma mentis, le proprie modalità di comunicazione e la visione del proprio futuro.

Sono stati trattati temi importantissimi sia per la propria vita privata che lavorativa, che altrimenti non avrei mai avuto modo di approfondire.

Le attività che abbiamo fatto mi hanno spinto a una costante riflessione su me stessa e sulle persone che mi stanno intorno e mi hanno sicuramente arricchita e migliorata su moltissimi aspetti.

Consiglierei questo Laboratorio per gli argomenti trattati, perché non sono solo interessanti, ma anche utili e importanti, sia in ambito lavorativo che nella vita di tutti i giorni; è un buon corso, strutturato bene, e offre molteplici spunti di riflessione e di confronto.

Anche l'attività di gruppo è stata stimolante ed è risultata piacevole. Ho inoltre apprezzato molto il fatto che si potesse seguire il Laboratorio in modalità asincrona, rispettando i propri impegni e le proprie necessità.

Credo che ogni corso di laurea dovrebbe avere un laboratorio di comunicazione e soft skills perché le capacità di comunicazione, ascolto, assertività, dialogo e consapevolezza sono sempre più richieste nel mondo del lavoro.

E' ormai fondamentale IMPARARE a comunicare ma non solo, anche a credere in se stessi e ad avere una guida per farlo.

Questo laboratorio è completo, ti permette di interfacciarti con persone che non conosci e che hanno percorsi totalmente diversi dal tuo e ti mette alla prova con test stimolanti.

La docente è sempre disponibile e gentile, le spiegazioni e gli approfondimenti sono adeguati e sempre interessanti.

Trovo che il laboratorio affronti e tratti tutta una serie di argomenti che solitamente sono trascurati, ma che in realtà sono fondamentali nel mondo del lavoro. Comprendere le proprie emozioni, quelle altrui, capire come gestirle sia importantissimo. Una volta terminato il laboratorio posso dire che ogni step si è rivelato positivo per la mia crescita personale.

La praticità della didattica a distanza e la possibilità di gestire la partecipazione in differita. Argomenti di reale interesse soprattutto per chi come me è già uno studente lavoratore e vede immediatamente applicabili certe strategie qui affrontate.

Consiglierei questo laboratorio perché nonostante possa sembrare un laboratorio teorico, è in realtà uno dei pochi veramente pratici. Un laboratorio che ti insegna davvero delle skills e ti dà degli strumenti concreti per migliorarle oltre che opportunità e situazioni dove potersi mettere in gioco.

È un laboratorio che consiglierei a tutt* perché tratta delle tematiche che ritengo molto importanti nella vita di tutti i giorni. Ritengo sia utile frequentare il laboratorio poiché tematiche come l'assertività, l'ascolto attivo, la gestione dello stress... non vengono analizzate frequentemente. Il laboratorio mi è servito molto per mettere in discussione ed analizzare me stessa. Sicuramente è un'ottima opportunità di crescita. Il fatto che sia erogato online lo rende ancora più accessibile dato che le attività possono essere svolte a seconda degli impegni di ognuno.