

#### Titolo intervento:

## **Leadership emotiva e linguaggio del corpo. Strumenti relazionali per i manager di domani.**

#### Durata:

12 ore.

#### Descrizione intervento:

Hai mai pensato a quanto comunichi senza parlare? In questo laboratorio di 12 ore imparerai a leggere il linguaggio del corpo, riconoscere le emozioni dietro le parole e usare la comunicazione assertiva per farti ascoltare davvero. Scoprirai come gestire le tue emozioni nelle situazioni di stress e come trasformarle in alleate, migliorando la tua presenza e la tua capacità di influenzare gli altri in maniera autentica e senza scadere nella manipolazione.

Attraverso tecniche di business coaching, comunicazione nonviolenta e osservazione comportamentale, svilupperai la capacità di cogliere segnali sottili, creare empatia e costruire relazioni di fiducia.

Userai strumenti pratici che potrai applicare subito nel mondo del lavoro – dai colloqui alle riunioni, fino alla gestione dei conflitti – per comunicare con più sicurezza e cooperare con gli altri.

Il percorso è interamente esperienziale: role play, esercizi di consapevolezza e simulazioni reali ti permetteranno di sperimentare, metterti in gioco e scoprire il potere trasformativo del linguaggio, verbale e non verbale.

#### Docente:

Il corso è tenuto da Riccardo Maistrello, executive coach accreditato con la International Coaching Federation, in possesso di credenziali PCC (Professional Certified Coach).

Info: <https://www.linkedin.com/in/riccardomaistrello/>

#### Dicono del corso:

Valutazioni dalla prima edizione (a.a. 2024/2025):

- Da 1 a 10 quanto consiglieresti questo corso a un tuo compagno, amico o collega? **9.29**
- Il corso è stato utile per potenziare le tue soft skills? **9/10**
- Il corso è stato utile per l'orientamento al mondo del lavoro e per la tua carriera futura? **8/10**
- Il corso è stato utile per la tua vita attuale di persona e studente, oggi? **8.7/10**

Commenti liberi degli studenti:

- Quando mi sono iscritta l'ho fatto più che altro per curiosità verso il mondo del coaching, che non conoscevo. Non mi aspettavo però di imparare strumenti utili anche per la mia vita di tutti i giorni e di potermi migliorare così tanto.
- È stata sicuramente un'occasione per imparare qualcosa di nuovo e parlare approfonditamente con persone con cui non c'era stata l'occasione fino ad ora. Tante cose dette, inoltre, hanno creato dentro di me nuove domande e nuove risposte.
- Il corso è stato entusiasmo, apertura, sfida, scoperta e possibilità di mettermi in gioco. Mi ha aiutata ad acquisire una modalità nuova di relazionarmi con me stessa oltre che con gli altri, e

sono convinta che avrò modo di utilizzare quanto ho imparato nel mio futuro personale e professionale. Veramente tanto consigliato!

- Interessante opportunità per scoprire come meglio relazionarsi con gli altri e con se stessi
- Il corso è stato per me un'occasione di mettermi in gioco e, cosa che raramente ho fatto altre volte in questi 3 anni di comunicazione, di esprimere pensieri e idee a tutta la classe e confrontarmi con il professore e i compagni
- Questo corso mi ha aiutato nel concreto a riconoscere (e ammettere) quali sono i miei obiettivi, nonché quali sono le azioni da intraprendere per realizzarli.
- Sento di uscirne arricchita perché, oltre ad aver appreso concetti interessanti ed importanti, è stato un vero e proprio percorso su di me, con esercizi pratici e domande “scomode” che però ti mettono davanti alla realtà dei fatti.