

# Dirigenti resilienti



La resilienza è la capacità di attivare le proprie risorse in situazioni di crisi e di utilizzare le sfide come opportunità per lo sviluppo ulteriore. Le persone resilienti vivono le stesse difficoltà e sono confrontati con i medesimi agenti stressanti di altri, ma riescono a gestire diversamente queste sfide. Comportandosi e agendo in modo resiliente, i dirigenti possono influenzare positivamente in modo mirato la loro capacità di resistenza e quella dei loro collaboratori.

&nbsp;

## Obiettivi

- Conoscere e applicare i fattori di resilienza
- Identificare la propria resilienza e riflettere in merito a essa
- Conoscere l'importanza della funzione di esempio nella direzione
- Riconoscere e promuovere la resilienza dei collaboratori

## Performance vivit

- Terminkoordination mit dem Kunden
- Vor- und Nachbereitung
- Umsetzung

## Contenuto

- Gli otto fattori della resilienza
- Competenze centrali delle persone resilienti
- Riflessione sulla resilienza come dirigenti
- Fattori della resilienza come ausilio per l'analisi della situazione
- Esercizi di attenzione e rilassamento
- Accettazione come punto di svolta nei processi di cambiamento
- Resilienza vissuta nella quotidianità nel ruolo di dirigente

## Performance cliente

- Terminplanung und Koordination
- Information und Einladung Mitarbeitende
- Räumlichkeiten und Material (Beamer, Laptop Flipchart, Moderationskoffer...)

Tutti i prezzi indicati s'intendono senza IVA e spese.

I contenuti sono regolati in base alla durata. A seconda della grandezza del gruppo, si calcola anche la presenza di un secondo specialista.

Adeguamenti e ampliamento dei contenuti sono fatturati in base alle spese sostenute.

**Abbiamo suscitato il vostro interesse? Saremo lieti di essere personalmente a vostra disposizione.**

vivit  
centro di competenze per la salute e la prevenzione della CSS  
Tribtschenstrasse 21  
Casella postale 2568  
6002 Lucerno  
058 277 60 00  
info@vivit.ch  
www.vivit.ch