

Le 5 Chiavi dell'Efficacia Professionale

Un percorso per sviluppare le competenze trasversali che favoriscono benessere, collaborazioni e risultati

Ogni azienda ha bisogno di persone competenti. Ma la competenza tecnica, da sola, non basta.

Nel lavoro quotidiano contano anche consapevolezza, comunicazione, gestione del carico, capacità di regolare lo stress e collaborazione nel team.

Le 5 Chiavi dell'Efficacia Professionale è un percorso pratico ed esperienziale per dipendenti, collaboratori e gruppi di lavoro.



Più consapevolezza.



Comunicazioni più chiare.



Maggiore efficacia nel lavoro quotidiano.

Enrico Ceschi e Mersia Martinelli
Formazione, coaching e facilitazione per aziende



Quando la competenza tecnica non basta

Nel lavoro quotidiano entrano in gioco automatismi personali, convinzioni, bisogni, comunicazioni poco chiare, carichi di lavoro, stress, emozioni, tensioni e modalità diverse di stare nel gruppo.

Spesso questi elementi restano invisibili, ma incidono concretamente su:

- collaborazione;
- qualità del lavoro;
- gestione delle priorità;
- passaggi di consegne;
- clima operativo;
- autonomia nel ruolo;
- efficacia del gruppo.



Quando è importante acquisire nuove chiavi?

- difficoltà di comunicazione;
- incomprensioni ricorrenti;
- tensioni tra persone o reparti;
- carico di lavoro gestito con fatica;
- stress e reattività nei momenti critici;
- difficoltà a collaborare come gruppo;
- responsabilità non sempre chiare;
- bisogno di maggiore autonomia e presenza nel ruolo.



L'obiettivo è aiutare le persone a riconoscere meglio ciò che accade nel lavoro quotidiano e a mettere più risorse a disposizione del proprio ruolo, del gruppo e dell'azienda.



Come si lavora

È un lavoro pratico, esperienziale e guidato su situazioni reali della vita aziendale.

Formati



Percorso completo

5 moduli progressivi.
Ogni modulo ha una durata di una giornata.



Percorso modulare

L'azienda può scegliere uno o più moduli in base al bisogno specifico.



Percorso per team

Come modulo singolo, richiede almeno due giornate oppure può essere organizzato in forma di ritiro intensivo.

Contatti



Enrico Ceschi e Mersia Martinelli



Telefono: 347 85 21 465 - 340 09 57 741



Email: [email]



Sito / LinkedIn: [link]



Scrivici o chiamaci per valutare il percorso più adatto alla tua azienda.

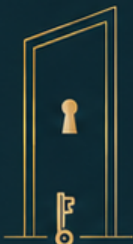


Le 5 chiavi del percorso

Il percorso lavora su cinque dimensioni fondamentali dell'efficacia professionale:

1. riconoscere i propri meccanismi d'azione;
2. comunicare in modo più chiaro ed efficace;
3. gestire carico, priorità e obiettivi;
4. riconoscere e regolare lo stress;
5. passare da gruppo di persone a team più consapevole e collaborativo.

Ogni modulo può essere svolto singolarmente, ma la massima efficacia si ottiene attraverso una progressione completa.

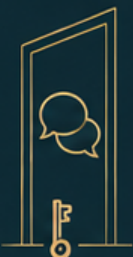


1. Conoscere i Propri Meccanismi per Lavorare Meglio

La chiave: Riconoscere

Ogni persona porta in azienda competenze, esperienze e capacità, ma anche automatismi, convinzioni, bisogni e modi abituali di reagire alle situazioni.

Il modulo aiuta i partecipanti a osservare questi meccanismi e a trasformarli in maggiore consapevolezza, responsabilità e disponibilità di risorse.



2. Comunicare in Modo Chiaro ed Efficace

La chiave: Comunicare

La comunicazione è uno dei punti più delicati della collaborazione aziendale.

Molte tensioni, incomprensioni e perdite di tempo non nascono da cattiva volontà, ma da messaggi incompleti, interpretazioni, generalizzazioni, omissioni, giudizi o ascolto parziale.

Il modulo aiuta i partecipanti a comunicare con maggiore chiarezza, ascoltare in modo più attento e verificare se ciò che è stato detto è stato realmente compreso.



3. Restare Efficaci quando Aumenta il Carico

La chiave: Organizzare

Quando aumentano carico, richieste, urgenze e scadenze, anche persone competenti possono perdere focus.

Il rischio è reagire alla pressione invece di organizzare il lavoro: rincorrere tutto, confondere priorità, rimandare ciò che conta, sovraccaricarsi o perdere efficacia.

Il modulo aiuta i partecipanti a gestire meglio carico e scadenze attraverso strumenti di coaching applicati alla vita lavorativa quotidiana.



4. Stress, Autoregolazione e Resilienza Operativa

La chiave: Regolazione e gestione dello stress

Lo stress non è solo un problema mentale.

Coinvolge corpo, emozioni, sistema nervoso, attenzione, comunicazione e capacità di scelta.

In azienda lo stress può influenzare il modo in cui le persone reagiscono, ascoltano, comunicano, prendono decisioni e collaborano.

Il modulo aiuta i partecipanti a comprendere i principali meccanismi dello stress e a sperimentare strumenti semplici per riconoscere i segnali di attivazione, recuperare lucidità e coltivare resilienza.



5. Diventare Team, Non Solo Gruppo

La chiave: Collaborare

Un gruppo di persone non è automaticamente un team.

Un team nasce quando le persone imparano a comunicare, ascoltarsi, coordinarsi, riconoscere il proprio modo di entrare nel gruppo e mettere le proprie risorse al servizio di un obiettivo comune.

Questo modulo integra i contenuti precedenti e li porta nell'esperienza concreta del gruppo.

Attraverso pratiche di comunicazione, ascolto, co-regolazione, esercizi esperienziali e lavoro di movimento guidato, i partecipanti osservano come ciascuno entra in relazione con il gruppo, prende spazio, si ritrae, collabora, segue, guida, si adatta o resiste.



Cosa resta all'azienda

Il valore per l'azienda è avere:

- persone più consapevoli;
- comunicazioni più chiare;
- migliore gestione di carico e priorità;
- maggiore capacità di riconoscere e regolare lo stress;
- gruppi di lavoro più capaci di collaborare in modo responsabile.



Più risorse al servizio del lavoro quotidiano.



Le 5 Chiavi dell'Efficacia Professionale
per aziende che vogliono sviluppare competenze trasversali utili, concrete e applicabili.