



# CATALOGO FORMATIVO

**Xelon Sinergetica S.r.l.**

Piazza Colombo 3/1b  
16121 Genova

010542144  
info@xelon.org

## **Indice Generale**

Corsi Area Tematica "BENESSERE ORGANIZZATIVO".....	Pag. 3
Corsi Area Tematica "GESTIONE DELL'ORGANIZZAZIONE".....	Pag. 11
Corsi Area Tematica "SVILUPPO DELLE ABILITA' PERSONALI" .....	Pag. 14

Corsi Area Tematica

**BENESSERE ORGANIZZATIVO**

<b>TITOLO</b>	L'IMPATTO PSICOLOGICO DEL COVID-19
<b>EDIZIONI</b>	1 edizione, in modalità FAD sincrona, tramite piattaforma Microsoft Teams
<b>DESTINATARI</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Imprenditori</li> <li>• Dirigenti per la Sicurezza</li> <li>• Responsabili e Addetti al Servizio Prevenzione</li> <li>• Responsabili Risorse Umane, Addetti risorse umane</li> <li>• Consulenti</li> </ul>
<b>OBIETTIVI DEL CORSO</b>	Il corso in oggetto si pone come obiettivo quello di aiutare i partecipanti a comprendere e affrontare le cause dell'insorgenza delle numerose sensazioni che questa pandemia ha prodotto in ciascuno di noi, distinguendo l'ansia dalla paura per poterne affrontare al meglio i processi e le conseguenze. Inoltre, si pone l'obiettivo di aiutarli a riconoscere e gestire l'impatto emotivo e psicologico del ritorno al lavoro e a comprendere le risorse personali e professionali da mettere in campo nelle prossime fasi della Pandemia.
<b>CONTENUTI DIDATTICI</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Distanziamento sociale e annullamento della distanza vita professionale/privata (30 min)</li> <li>• Dall'isolamento "forzoso" in smart-working alla ripresa lavorativa (30 min)</li> <li>• Un necessario cambio di paradigma: la convivenza con la paura e l'ansia (1 ora)</li> <li>• L'importanza delle regole e perché le infrangiamo(30 min)</li> <li>• Comportamenti personali e professionali attesi e necessari per la prevenzione (45 min)</li> <li>• Ricostruire la fiducia interpersonale, delle istituzioni e personale(45 min)</li> </ul>
<b>METODOLOGIE FORMATIVE PREVISTE</b>	La formazione è prevista in modalità a distanza (FAD sincrona)
<b>MATERIALE DIDATTICO</b>	Slides ed esercitazioni

<b>DURATA COMPLESSIVA DEL CORSO</b>	4 ore, giugno 2022
<b>NUMERO PARTECIPANTI PREVISTI</b>	Minimo 5 e massimo 12 partecipanti
<b>ATTESTATO DI PARTECIPAZIONE</b>	L'attestato di partecipazione e acquisizione degli apprendimenti verrà rilasciato dall'ente solo dopo aver verificato che il 100% delle ore previste è stato effettivamente svolto dal partecipante
<b>COSTO</b>	Il costo del corso sarà di 150€ per ogni partecipante + IVA 22%.

<b>TITOLO</b>	AGE MANANGEMENT
<b>EDIZIONI</b>	1 edizione, formazione in presenza presso la sede di Piazza Colombo 3/1b Genova 16121
<b>DESTINATARI</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Imprenditori</li> <li>• Dirigenti per la Sicurezza</li> <li>• Responsabili e Addetti al Servizio Prevenzione</li> <li>• Responsabili Risorse Umane, Addetti risorse umane</li> <li>• Consulenti della morosità</li> </ul>
<b>OBIETTIVI DEL CORSO</b>	L'obiettivo principale di questo intervento formativo è creare nei partecipanti consapevolezza rispetto all'ampio tema dell'Age Management", fornendo suggerimenti e metodologie utili all'implementazione di percorsi di gestione che consentano di migliorare il contributo degli "over 50" all'interno della realtà aziendale. L'Age Management è una scelta di lungimiranza organizzativa, che, attraverso la valorizzazione del capitale umano in funzione dell'età, garantisce all'azienda una competitività a breve e a medio-lungo termine .
<b>CONTENUTI DIDATTICI</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• L'importanza dell'Age Management: significato e finalità per l'Azienda, urgenza del fenomeno dell'invecchiamento aziendale e possibili ricadute organizzative (30 min)</li> <li>• Età biologica ed età psico-sociologica (30 min)</li> <li>• I pregiudizi e gli stereotipi legati all'età: alcune evidenze (30 min)</li> <li>• Invecchiamento aziendale e sicurezza sul lavoro (30 min)</li> <li>• Valorizzazione del "sapere organizzativo" e trasmissione di conoscenza fra esperti e neolavoratori, Il "Triangolo E - A - N": soggetto esperto - azienda - neoassunto (30 min)</li> <li>• Valutare l'impatto dell'invecchiamento sull'organizzazione aziendale (30 min)</li> <li>• I benefici di una attenta gestione del fattore età (30 min)</li> <li>• Rewarding, compensation e work-life balance: come rispondere a esigenze che cambiano (30 min)</li> </ul>
<b>METODOLOGIE FORMATIVE PREVISTE</b>	La formazione è prevista in aula

<b>MATERIALE DIDATTICO</b>	Slides ed esercitazioni
<b>DURATA COMPLESSIVA DEL CORSO</b>	4 ore, luglio 2022
<b>NUMERO PARTECIPANTI PREVISTI</b>	Minimo 5 e massimo 10 partecipanti
<b>ATTESTATO DI PARTECIPAZIONE</b>	L'attestato di partecipazione e acquisizione degli apprendimenti verrà rilasciato dall'ente solo dopo aver verificato che il 100% delle ore previste è stato effettivamente svolto dal partecipante
<b>COSTO</b>	Il costo del corso sarà di 200€ per ogni partecipante + IVA al 22%.

<b>TITOLO</b>	TECHNO STRESS E NETIQUETTE
<b>EDIZIONI</b>	1 edizione, in modalità FAD sincrona, tramite piattaforma Microsoft Teams
<b>DESTINATARI</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Imprenditori</li> <li>• Dirigenti per la Sicurezza</li> <li>• Responsabili e Addetti al Servizio Prevenzione</li> <li>• Responsabili Risorse Umane, Addetti risorse umane</li> <li>• Consulenti</li> </ul>
<b>OBIETTIVI DEL CORSO</b>	L'obiettivo principale di questo intervento formativo è creare nei partecipanti consapevolezza rispetto ai temi del tecnostress e della netiquette, fornendo suggerimenti e metodologie utili alla comprensione del tema.
<b>CONTENUTI DIDATTICI</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Stress: definizione, sindrome generale di adattamento, eustress e distress (30 min)</li> <li>• Tecnostress: definizione, legame con le ICT (30 min)</li> <li>• Evoluzione tecnologica e disadattamento cognitivo (30 min)</li> <li>• Internet e Internet Addiction Disorder e altre nuove dipendenze (30 min)</li> <li>• Netiquette: definizione e dalla linea guida RFC 1855 alla Netiquette: la comunicazione uno a uno e la comunicazione tra molti (30 min)</li> <li>• Netiquette e gestione delle email (30 min)</li> <li>• I rischi da iperconnessione: il diritto alla disconnessione (30 min)</li> <li>• Consigli utili per la gestione dello stress digitale, riflessioni finali e consigli degli HR (30 min)</li> </ul>
<b>METODOLOGIE FORMATIVE PREVISTE</b>	La formazione è prevista in modalità a distanza (FAD sincrona)
<b>MATERIALE DIDATTICO</b>	Slides ed esercitazioni
<b>DURATA COMPLESSIVA DEL CORSO</b>	4 ore, luglio 2022



<b>NUMERO PARTECIPANTI PREVISTI</b>	Minimo 5 e massimo 12 partecipanti
<b>ATTESTATO DI PARTECIPAZIONE</b>	L'attestato di partecipazione e acquisizione degli apprendimenti verrà rilasciato dall'ente solo dopo aver verificato che il 100% delle ore previste è stato effettivamente svolto dal partecipante
<b>COSTO</b>	Il costo del corso sarà di 150€ per ogni partecipante + IVA al 22%.

<b>TITOLO</b>	LO STRESS MANAGEMENT NEGLI STUDI PROFESSIONALI
<b>EDIZIONI</b>	2 edizioni, in modalità FAD sincrona, tramite piattaforma Microsoft Teams
<b>DESTINATARI</b>	Liberi professionisti
<b>OBIETTIVI DEL CORSO</b>	Educazione, formazione riguardo lo stress, le implicazioni e gli strumenti per gestirlo, con particolare attenzione alle differenze nella categoria dei liberi professionisti.
<b>CONTENUTI DIDATTICI</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lo stress lavorativo: lo stress, il burnout e altre sindromi (1 ora)</li> <li>• Lo stress e la libera professione: differenze (1 ora)</li> <li>• La consapevolezza come strumento per affrontare lo stress (1 ora)</li> <li>• Prevenire e gestire lo stress nell'attività professionale: strumenti per la gestione dello stress (1 ora)</li> </ul>
<b>METODOLOGIE FORMATIVE PREVISTE</b>	La formazione è prevista in modalità a distanza (FAD sincrona)
<b>MATERIALE DIDATTICO</b>	Slides ed esercitazioni
<b>DURATA COMPLESSIVA DEL CORSO</b>	4 ore, 1° edizione luglio 2022, 2° edizione settembre 2022
<b>NUMERO PARTECIPANTI PREVISTI</b>	Minimo 5 e massimo 12 partecipanti
<b>ATTESTATO DI PARTECIPAZIONE</b>	L'attestato di partecipazione e acquisizione degli apprendimenti verrà rilasciato dall'ente solo dopo aver verificato che il 100% delle ore previste è stato effettivamente svolto dal partecipante
<b>COSTO</b>	Il costo del corso sarà di 150€ per ogni partecipante + IVA al 22%.

Corsi Area Tematica

**GESTIONE DELL'ORGANIZZAZIONE**

<b>TITOLO</b>	GESTIONE DELLA RELAZIONE CON I CLIENTI DEGLI STUDI PROFESSIONALI
<b>EDIZIONI</b>	2 edizioni, in modalità FAD sincrona, tramite piattaforma Microsoft Teams
<b>DESTINATARI</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Professionisti</li> <li>• Personale degli studi professionali addetto a front-office e segreteria</li> </ul>
<b>OBIETTIVI DEL CORSO</b>	Il corso intende fornire in modo veloce ed efficace strumenti e tecniche per la gestione delle relazioni con i clienti, con particolare riferimento alle situazioni di tensione e di conflitto potenziale ed effettivo. La formazione mira a trasmettere metodologie per lo sviluppo di una comunicazione – in presenza, al telefono o via email - chiara, assertiva e di contenimento e depotenziamento del conflitto e tecniche specifiche ai fini di prevenire e gestire situazioni critiche.
<b>CONTENUTI DIDATTICI</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• La fiducia come base per la costruzione della relazione professionista – cliente (30 min)</li> <li>• Tecniche di ascolto per la comprensione delle esigenze del cliente e per la costruzione di proposte e soluzioni (30 min)</li> <li>• Tecniche di comunicazione verbale assertiva in presenza e al telefono (30 min)</li> <li>• Le regole d'oro per una comunicazione efficace e distesa via email (15 min)</li> <li>• Le radici del conflitto e le sue principali modalità di manifestazione (45 min)</li> <li>• Definire e monitorare il potenziale di incomprensione o conflitto nelle diverse categorie di clienti e le tipologie di contesti e di motivazioni al conflitto e (anche) all'aggressività (45 min)</li> <li>• Sapersi relazionare con un cliente difficile, conflittuale, o aggressivo: la giusta risposta per prevenire e/o disinnescare (30 min)</li> <li>• Gestione dell'ansia e tecniche di rilassamento (45 min)</li> </ul>
<b>METODOLOGIE FORMATIVE PREVISTE</b>	La formazione è prevista in modalità a distanza (FAD sincrona)
<b>MATERIALE DIDATTICO</b>	Slides, esercitazioni ed attività di brainstorming.

<b>DURATA COMPLESSIVA DEL CORSO</b>	4 ore, 1° edizione luglio 2022, 2° edizione settembre 2022
<b>NUMERO PARTECIPANTI PREVISTI</b>	Minimo 5 e massimo 12 partecipanti
<b>ATTESTATO DI PARTECIPAZIONE</b>	L'attestato di partecipazione e acquisizione degli apprendimenti verrà rilasciato dall'ente solo dopo aver verificato che il 100% delle ore previste è stato effettivamente svolto dal partecipante
<b>COSTO</b>	Il costo del corso sarà di 150€ per ogni partecipante + IVA al 22%.

Corsi Area Tematica  
SVILUPPO DELLE ABILITA' PERSONALI

<b>TITOLO</b>	TIME E FOCUS MANAGEMENT
<b>EDIZIONI</b>	1 edizione, in modalità FAD sincrona, tramite piattaforma Microsoft Teams
<b>DESTINATARI</b>	Il corso è rivolto a tutta la popolazione aziendale.
<b>OBIETTIVI DEL CORSO</b>	Il corso si pone come obiettivo quello di insegnare ai partecipanti a lavorare con meno ansia ma più efficienza e gratificazione, a gestire interferenze e interruzioni per non penalizzare i propri obiettivi e il proprio ruolo e a dire "no" alle richieste irragionevoli e a patteggiare rinvii per ciò che non è prioritario. Tutto questo reso possibile attraverso la conoscenza dell'influenza del profilo psicologico (proprio e dei propri colleghi) nella gestione del tempo.
<b>CONTENUTI DIDATTICI</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Concetti base di tempo e time management (tempo cronologico vs tempo psicologico, i ladri di tempo, pianificare e organizzare, ecc) (1 ora)</li> <li>• Come prevedere gli imprevisti (30 minuti)</li> <li>• Urgenza, Importanza e Priorità (1 ora)</li> <li>• Il tempo e il profilo psicologico (30 minuti)</li> <li>• Sviluppare un piano di miglioramento personale (1 ora)</li> </ul>
<b>METODOLOGIE FORMATIVE PREVISTE</b>	La formazione è prevista in modalità a distanza (FAD sincrona)
<b>MATERIALE DIDATTICO</b>	Slides ed esercitazioni
<b>DURATA COMPLESSIVA DEL CORSO</b>	4 ore, giugno 2022
<b>NUMERO PARTECIPANTI PREVISTI</b>	Minimo 5 e massimo 12 partecipanti

<b>ATTESTATO DI PARTECIPAZIONE</b>	L'attestato di partecipazione e acquisizione degli apprendimenti verrà rilasciato dall'ente solo dopo aver verificato che il 100% delle ore previste è stato effettivamente svolto dal partecipante
<b>COSTO</b>	Il costo del corso sarà di 150€ per ogni partecipante + IVA al 22%.