

CristinaPiazza

Comunicazione

Costellazioni Organizzative

Leadership

Benessere



**Potenziare il singolo, potenziare l'insieme**

Offerta Formativa per Aziende e Organizzazioni

**“ Da 15 anni accompagno le persone a scoprire le proprie risorse e talenti, a trovare autenticità, pienezza e benessere,,**

Sono counselor professionista e formatrice in **Comunicazione** e **Costellazioni Familiari**.

Inoltre, propongo percorsi innovativi di **Crescita Personale** e conduco training di **Respiro Consapevole** e **Mindfulness**.

Concretezza, professionalità e accoglienza sono i valori che ho a cuore e le qualità che mi sono riconosciute da chi è entrato in contatto con il mio metodo di lavoro e il mio approccio alle persone.

Costantemente orientata all'innovazione, lavoro ogni giorno per migliorare e ampliare strumenti e conoscenze a vantaggio del benessere individuale e collettivo, del singolo e delle organizzazioni.

*Cristina Piazza*

 [facebook.com/CristinaPiazzaTrainer/](https://facebook.com/CristinaPiazzaTrainer/)

 [linkedin.com/in/cristina-piazza-trainer/](https://linkedin.com/in/cristina-piazza-trainer/)



La **proposta formativa** protagonista di questo documento è il **frutto di esperienze e conoscenze consolidate e ottimizzate** in anni di lavoro con le persone.

Mette a disposizione del **management “evoluto”** strumenti per **ri-pensarsi e ri-pensare** il proprio modo di fare azienda, favorendo il **benessere individuale** in un’ottica di **crescita armonica del “sistema”**.

Ognuno dei **quattro moduli** che la compongono copre un’**area tematica specifica** in rapporto profondo con le altre, esattamente come ogni risorsa all’interno dell’azienda è un **individuo unico e irripetibile** inserito in un **sistema sinergico di relazioni**.

Il **denominatore comune** ai moduli tematici è lo **sviluppo della consapevolezza individuale**, la chiave per attivare le **risorse inutilizzate** e le **potenzialità inesprese** di cui ogni persona è dotata.

Un **patrimonio di benessere, vitalità e creatività** dal quale l’azienda può attingere a piene mani per raggiungere i propri obiettivi.



# Potenziare il singolo, potenziare l'insieme



Offerta Formativa per Aziende e Organizzazioni

“**Potenziare il singolo, potenziare l'insieme**” è un modello formativo innovativo, composto da 4 moduli dedicati alle seguenti aree tematiche:

- **C**omunicazione
- **C**ostellazioni **O**rganizzative
- **L**eadership
- **B**enessere

É consigliato alle aziende, alle organizzazioni e ai gruppi di lavoro che:

- intuiscono l'importanza dell'**interrelazione fra valore umano e valore economico**.
- desiderano acquisire **nuove abilità e competenze collettive** attraverso la **crescita individuale di ogni risorsa**.
- necessitano di sostegno in fase di **passaggio generazionale o integrazione** in seguito a partnership, fusioni o acquisizioni.
- intendono risolvere **situazioni conflittuali, inefficienze e difficoltà relazionali**.

Inoltre, è un'opportunità preziosa per Team Leader, manager e professionisti interessati individualmente ai contenuti formativi proposti.

## Potenziare il singolo, potenziare l'insieme



Offerta Formativa per Aziende e Organizzazioni

La didattica, costantemente ottimizzata e integrata, trasferisce i contenuti in modo **semplice e coinvolgente**, stimolando la spontanea propensione alla **crescita personale** e all'acquisizione di **nuove conoscenze e abilità**.

“**Potenziare il singolo, potenziare l'insieme**” fornisce gli strumenti per raggiungere, oltre a quelli specifici di ogni modulo, i seguenti risultati e benefici:

- **L'integrazione responsabile e proattiva** da parte di ogni risorsa delle proprie priorità e obiettivi, del proprio ruolo e relativi compiti.
- La **valorizzazione del patrimonio di esperienze** incoraggiandone il potenziale di sviluppo;
- Il **completamento e consolidamento del passato** per **generare il “nuovo”** su un terreno fertile e vitale;
- La diffusione all'interno dell'organizzazione della capacità di trasformare lo stress in **potenziale creativo** e i momenti di crisi in opportunità per alimentare il **benessere collettivo**.



Modulo **Comunicazione**

## Comunicazione Consapevole

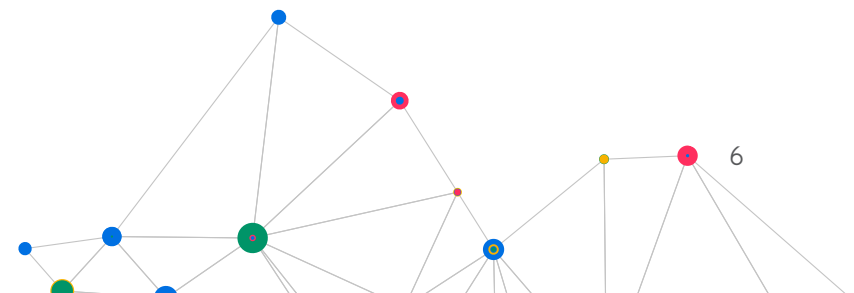
Strumenti e conoscenze per **comunicare in maniera creativa, efficace e responsabile** in ambito aziendale e organizzativo.

L'obiettivo "chiave" della formazione è l'acquisizione di consapevolezza sulla **qualità della comunicazione con se stessi**. L'essere coscienti delle proprie dinamiche mentali ed emotive, assieme all'ottenimento di **una visione autentica dei propri valori, bisogni e desideri** è il requisito indispensabile per sintonizzarsi su quelli altrui.

Trarre il meglio dalle relazioni con collaboratori, colleghi, clienti e fornitori inizia dallo **sviluppo di un'intelligenza aperta all'ascolto e all'osservazione consapevole** in grado di individuare efficaci **soluzioni e strategie di comunicazione** interpersonale.



Cristina Piazza // Offerta Formativa per Aziende e Organizzazioni







Modulo **Costellazioni Organizzative**

## **Un posto per ciascuno, ciascuno al proprio posto**

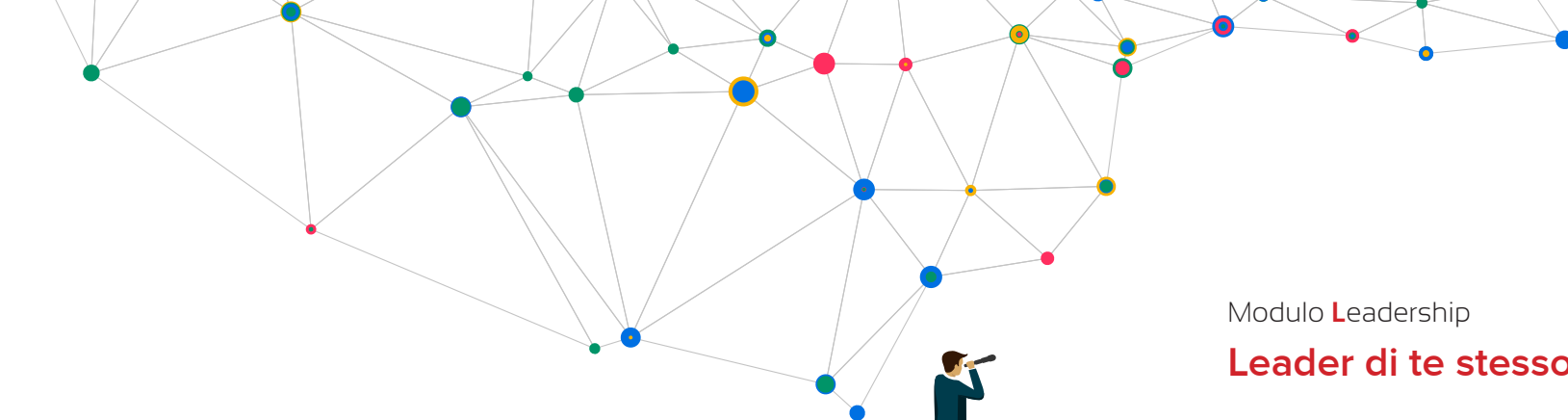
L'azienda, come la famiglia, è **un sistema in cui i membri condividono un percorso comune**, dove ognuno ha **il proprio posto e contribuisce alla sopravvivenza della struttura** in cui è inserito con la mansione e il ruolo che gli compete.

I contenuti del modulo offrono strumenti teorici ed esperienziali per **conoscere e riconoscere le proprie dinamiche familiari** acquisendo la consapevolezza su come esse possono avere **effetti sui rapporti con colleghi, superiori, fornitori e clienti**.

Essere consapevoli sull'origine e il manifestarsi di determinati processi mentali ed emotivi è la chiave per **disinnescare tensioni e conflitti**, potenziare le proprie **capacità e attitudini relazionali** massimizzando l'efficienza del singolo e del team.





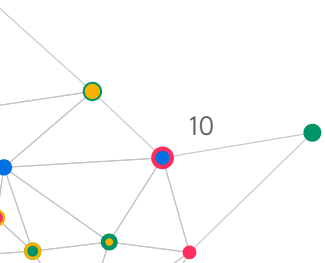


Modulo Leadership

## Leader di te stesso, Leader per gli altri.

Abilità tecniche e competenze professionali trovano la loro massima espressione quando operano in sinergia con la consapevolezza e la responsabilità.

Questo modulo, oltre a strumenti per il potenziamento delle skill individuali, fornisce modelli di riferimento innovativi per la gestione e l'organizzazione del lavoro in rapporto costante con la valorizzazione dei bisogni e delle risorse di ciascuno.



Ciò che caratterizza un **buon Leader** è l'abilità a comprendere quali siano gli obiettivi raggiungibili connessa con la capacità di **organizzare, ascoltare e motivare** le persone che fanno capo alla propria figura.

Egli deve essere in grado di **incoraggiare le idee innovative e di promuovere un clima collaborativo**, il più possibile armonico, nella consapevolezza delle responsabilità connesse al ruolo che ricopre e cosciente dei **limiti** e dei **punti di forza** propri e delle risorse che deve coordinare.

In questo modo, è possibile costruire **un team coeso** all'interno del quale, ad esempio, il leader conduce il gruppo ad **affrontare, gestire e risolvere** eventuali conflitti trasformando momenti di "crisi" in **opportunità di crescita per il gruppo**.

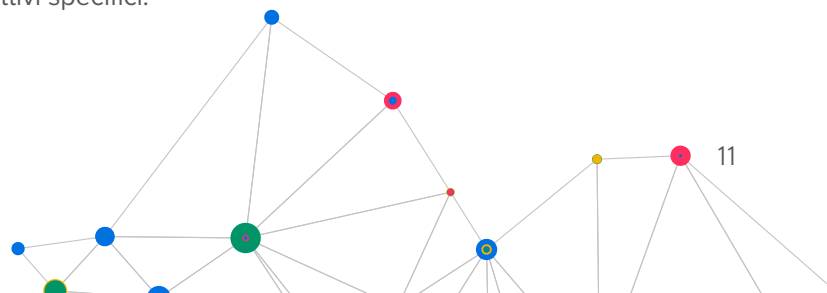
I contenuti innovativi di questo modulo consentono di sviluppare **le risorse intellettuali ed emotive** per essere guida e riferimento per gli altri, potenziandole con preziosi strumenti per la gestione e l'organizzazione del gruppo e del lavoro.

Un'opportunità formativa per figure già in ruoli di responsabilità e per chiunque aspiri a diventare, prima di tutto, **"Leader di se stesso"**.

## Contenuti

- Le 10 regole d'oro per lavorare con piacere e creatività
- Obiettivi, Risorse e Ostacoli
- Come prendere decisioni con chiarezza e rispetto
- Linee del Tempo: le diverse applicazioni
- Riconoscere valore e "limiti" propri
- Riconoscere l'Unicità, il Valore e le Capacità dell'altro
- Sapersi mettere nei panni dell'altro
- Proattività, responsabilità e delega
- Esplorare Bisogni, Aspettative, Valori e Motivazioni
- Come essere presenti a se stessi e all'altro, empatia consapevole
- Tecniche di rilassamento e gestione delle emozioni
- Conflitti
  - Ciò che crea conflittualità
  - Saper fornire feedback costruttivi
  - Gestione e risoluzione dei conflitti
  - Rispondere invece di reagire
- Organizzazione dell'ambiente
  - Selezionare gli ambienti di lavoro, gli assistenti, partner e fornitori
- Organizzazione del lavoro
  - Gestione del tempo
  - Ottimizzazione delle risorse
  - Stilare e aggiornare la scala delle priorità
- Timing: il momento giusto per attendere e quello per agire
- Modelli per generare comportamenti nuovi
- Lavorare in team
- Esercitazioni di gruppo

Il modulo tipicamente richiede due giornate di formazione.  
Il programma può essere comunque personalizzato in base alle esigenze e agli obiettivi specifici.





Modulo **B**enessere

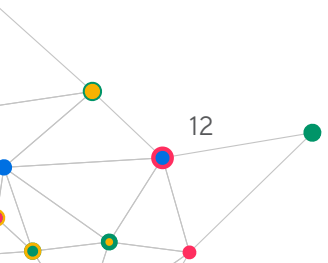
## Mindfulness Proattiva

**Mindfulness** significa portare attenzione al momento presente.

Questo modulo insegna come accedere con semplicità e naturalezza a questa abilità innata che consente di eliminare i “**pensieri inutili**” e di gestire **processi mentali disfunzionali**, ansie e tensioni per un **maggiore benessere individuale**.

La meditazione è la via maestra per la Mindfulness, uno strumento potente per ottimizzare le energie emotive e mentali e guadagnare in **produttività, equilibrio e motivazione personale**.

L'arte di **trasformare i problemi in opportunità** dipende soltanto dallo stato mentale con cui ci si rivolge alla vita.



Solitamente, le persone spendono buona parte del proprio tempo e delle proprie energie in balia di **pensieri nebulosi e inutilmente complicati**. Questo stato emotivo e mentale molto diffuso si ripercuote sulla **qualità della vita in tutti i suoi aspetti**, compreso quello lavorativo.

Praticare la “Mindfulness” significa attivare uno stato di coscienza in cui è possibile riconoscere la natura illusoria della mente e osservare senza giudizio e con consapevolezza **gli schemi e le forme mentali disfunzionali** nostre e degli altri.

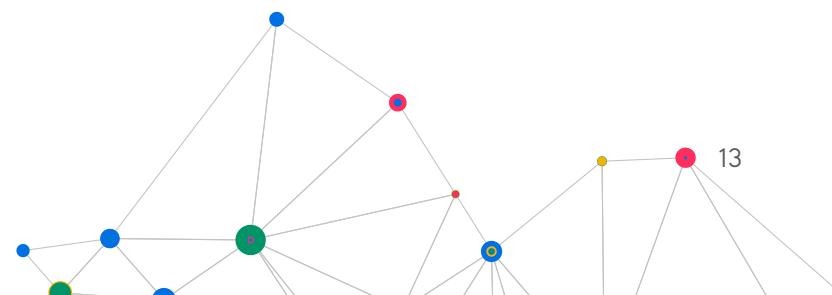
Meditare aiuta a riconoscere e a disinnescare i meccanismi che sabotano la piena espressione delle **potenzialità individuali** e la **realizzazione dei progetti personali e professionali**.

Questo modulo insegna, tra le altre cose, a fare di questo metodo una **pratica quotidiana** grazie a tecniche semplici e pratiche, alla portata di tutti.

## Contenuti

- Risvegliare la coscienza dalle identificazioni con la mente.
- Liberi dall’Ego, più a lungo e più spesso.
- Scoprire i propri desideri più profondi e più veri e la loro forza.
- Gli emisferi destro e sinistro: caratteristiche e differenze
- Sviluppare l’apprendimento semplice e creativo.
- La meditazione: uno stato di coscienza che appartiene alla nostra natura.
- il vero significato di mindfulness
- Scoprire e coltivare la propria tecnica di meditazione
- Tecniche di rilassamento e gestione delle emozioni

Il modulo tipicamente richiede due giornate di formazione.  
Il programma può essere comunque personalizzato in base alle esigenze e agli obiettivi specifici.



“ Ho lavorato con Cristina Piazza presso importanti clienti multinazionali. Sono rimasto impressionato dalla sua professionalità nel condurre attività di **Costellazioni Organizzative**. Avendo collaborato con molti professionisti, posso dire che Cristina è senza dubbio la numero uno in questo campo. ”

Diego Agostini / CEO / Commitment srl  
**commitment.uk.com**

“ I miei collaboratori sono stati accompagnati a confrontarsi con aspetti del proprio modo di comunicare e interagire con se stessi e con gli altri scoprendo ampi spazi di miglioramento e nuove consapevolezze. Quello di Cristina Piazza è un approccio innovativo alla formazione in **Comunicazione** che ci ha lasciato piacevolmente sorpresi e arricchiti come singoli e come team. ”

Eraldo Genovese / CEO & Owner / Gesicar srl  
Porsche Specialist - dealer auto & officina specializzata / Livorno  
**gesicar.it**

## Contatti

327 218 1946  
segreteria@cristinapiazza.it

CristinaPiazza  


[www.cristinapiazza.it](http://www.cristinapiazza.it)

