

Dicono di noi

“L'ARTE DELLA COMUNICAZIONE E GLI STILI DI COMUNICAZIONE” *Corso di 2 giornate per capire e sperimentare le proprie competenze relazionali e i propri stili di comunicazione*

6ª edizione Progetto Formazione Quadri
3-4 febbraio 2009

Al termine dei nostri corsi e percorsi formativi distribuiamo ai partecipanti una **scheda di valutazione** per avere un **feedback** “a caldo” e sapere cosa hanno acquisito durante l'esperienza.

A questo percorso di due giornate ha partecipato un gruppo di 9 Quadri aziendali di un'industria italiana d'eccellenza nel campo dell'automazione, sicurezza, trasporti, difesa, spazio e informatica, con l'obiettivo di sviluppare la capacità di relazionarsi in modo sicuro e convincente, attivando un buon ascolto per entrare in sintonia con i propri interlocutori, esercitando un impatto positivo e dinamico.

Dalle loro schede di valutazione è emerso quanto segue:

Abbiamo chiesto:

1. Quali novità hai più apprezzato?

- La rappresentazione della propria energia con le maschere teatrali
- Rappresentare se stessi in contesti e in modi diversi tra loro
- Nuovi stimoli grazie a nuovi modi di vedere me stesso
- Un modo di inquadrare gli altri che mi consente un miglior modo per relazionarmi
- Ho potuto guardare dentro me
- L'utilizzo della tecnica teatrale
- Ho scoperto che non mi è difficile mettermi in gioco
- Che sono molto più variegato e sfaccettato di quanto pensavo prima
- Che l'immedesimazione in energie diverse richiede molto sforzo e scatena emozioni molto forti
- Valorizzazione delle mie caratteristiche
- Ho interagito molto bene con gli altri e mi sono conosciuto un po' di più
- Avere “energie” diverse dalla mia in un determinato momento
- Nel corso è emerso esattamente come sono
- In alcuni “giochi” il fatto di esternare le proprie emozioni
- Il metodo molto “soft” usato dall'insegnante per farci arrivare all'obiettivo
- Disponibilità e capacità di mettermi in gioco
- Spigliatezza davanti a un pubblico
- Affrontare in senso analitico i limiti e i contributi del linguaggio non verbale.

2. Quali pensieri hai avuto? Su di Te? Sugli Altri? Su quello che stavi facendo?

- Mi sono sentito molto spesso gratificato dai giochi proposti. Se dovessi esprimere una sensazione, direi che ho sentito una netta crescita della mia autostima in questi 2 giorni
- La conferma della capacità di affrontare le difficoltà con spirito costruttivo
- Il gioco è il modo migliore per far cadere preconcetti e barriere
- Sono riuscito a comprendere meglio gli altri
- Sono stato felice di mettermi in gioco
- La disponibilità nei miei confronti
- La partecipazione e l'interesse per le tematiche
- Molte conferme riguardanti gli sforzi già precedentemente fatti per analizzare le mie azioni-reazioni in determinate situazioni lavorative (e non). La conferma dei punti di miglioramento presenti nelle mie personali potenzialità
- Devo accettarmi per come sono senza giudicarmi

- Ogni persona ha più facce, fra cui ce n'è sicuramente una con cui riusciamo a relazionarci
- Tutti si sono messi in gioco in maniera sincera
- Coinvolgente, anche se diverso dal mio modo di agire introverso. Bello!
- Posso acquisire più autorevolezza nel mio ambiente di lavoro
- Ognuno ha i suoi punti di debolezza e forza, anche quelli che sembrano più sicuri
- Ho pensato che stavo arricchendo la mia personalità
- Che dopo una iniziale ritrosia mi sono sentito a mio agio nel mettermi in gioco
- Che sono stati tutti molto partecipi e disponibili in modo sincero
- Che è un'esperienza nuova che tira fuori l'essenza delle persone (e che non è possibile nascondersi o nascondere quello che davvero si è)
- Conferma che è difficile per gli altri capire come io sono, ma forse è difficile anche per me
- Tutti gradevoli, mi sono piaciuti tutti
- Mette a nudo le persone, così come sono
- Notevole varietà di caratteri e attitudini
- Analizzare me stesso e contesti vissuti
- Sono proprio verde!
- Pensavo che la mia energia rossa fosse più forte

3. Pensi che la metodologia sia risultata utile? Per quale ragione?

- Sicuramente utile, perché abbinata alla possibilità di poter gestire il percorso formativo con creatività e spontaneità
- Molto utile perché ti consente una reazione diretta da parte degli altri che evidenziano delle realtà oggettive a me non note
- Utile sicuramente. Porta al tentativo di cercare armonia tra voce e gestualità
- Sì molto! E' in convenzionale ma molto coinvolgente
- La metodologia mi sembra utile per poter utilizzare al meglio le mie positività e quelle degli altri man mano coinvolti nel mio lavoro (e non solo)
- Molto, fa conoscere se stessi e gli altri con esperienze pratiche e coinvolgenti
- E' stato molto utile per capire meglio me stessa e valutare alcuni cambiamenti che sto cercando di mettere in atto sul mio modo di essere e di relazionarmi con gli altri
- E' stato molto utile perché abbinava gioco con situazioni reali
- Sì, a caldo rimane la fatica per affrontare con la dovuta concentrazione (spirito di osservazione) le varie situazioni proposte, e reputo che a freddo potrò trovare anche ulteriori aspetti utili per la crescita personale
- Sì, forse due giornate sono poche, ne avrei previste almeno tre.

4. Pensi che questo tipo di approccio esperienziale si possa applicare anche ad altri tipi di corsi? E quali?

- Sicuramente a molti aspetti delle dinamiche lavorative dei corsi manageriali
- Marketing, leadership
- Sì, ad esempio leadership, public speaking, gestione delle risorse
- Sviluppare i rapporti con i clienti
- A mio avviso la metodologia potrebbe essere apprezzata in contesti nei quali si voglia lavorare più su se stessi.

5. Cosa ti porti a casa di questo corso?

- Una porta per esercitare meglio le relazioni personali
- Una maggiore consapevolezza di me e del mio "pormi" verso gli altri e una maggiore capacità di sapere interpretare gli atteggiamenti degli altri
- Una visione positiva di me e un approccio più metodico per le relazioni
- Sicuramente una visione nuova e colorata delle persone intorno a me e di me stesso
- La possibilità/capacità di comprendere meglio gli altri conoscendo meglio me stesso e adattandomi di volta in volta
- Una chiave in più per capire meglio me stessa e gli altri
- Aspetti che non conosco e conferme della mia personalità, la capacità di riconoscere le caratteristiche predominanti delle persone con cui mi relaziono

- La conoscenza di energie per diretta presa visione di come esternata da persone che ne fanno dei propri punti caratteristici
- Sono troppo critico con me stesso e questo mi limita nel rapporto con gli altri.

6. Da domani cosa pensi che potrai fare per migliorare la tua comunicazione interpersonale?

- Cercherò di comprendere meglio le persone con cui interagisco quotidianamente
- Lavorare meglio sul linguaggio non verbale (soprattutto voce e corpo)
- Capire gli altri piuttosto che cercare di farmi conoscere
- Essere più flessibile, ascoltare ed osservare con maggiore attenzione gli altri. Cercare di essere più "briosa" (e meno maestra)
- Più attenzione al linguaggio non verbale, dire più spesso "no"
- Essere più convinto delle mie idee e convinzioni e portarle fino in fondo
- Cercare di capire che tipo di energia ha la persona con cui interagisco e adottare un atteggiamento che crei "empatia".
- Controllo voce e gestualità
- Ridurre il mio livello di autocritica.

Ringraziamo tutti i partecipanti per la loro gentile e preziosa collaborazione.

Febbraio 2009

Te.D. – Teatro d'Impresa®