

CORSO ECM

LA RESILIENZA: FRONTEGGIARE I MOMENTI DIFFICILI E RIORGANIZZARE POSITIVAMENTE LA PROPRIA VITA

Matera 18 maggio 2023

AUDITORIUM “G. MOSCATI” – OSPEDALE MADONNA DELLE GRAZIE

Responsabile Scientifico: Federica CAVICCHINI

PROGRAMMA:

- 08.30 Registrazione partecipanti e presentazione del corso
- 09.00 La resilienza: come affrontare le crisi e gli impatti negativi della vita
- 10.00 La resilienza ai tempi del Covid19
- 11.00 L'uso dell'emotività nelle avversità: trasformare la fragilità in forza
- 12.00 Essere positivo
- 12.30 PAUSA
- 13.00 Le tecniche che aiutano a migliorare i comportamenti
- 13.30 Il sabotatore interiore
- 14.00 I fattori psicologici della resilienza
- 14.30 La resilienza come capacità di attribuire senso e significato agli eventi negativi
- 15.00 I fattori che promuovono la resilienza
- 15.30 Come gestire i momenti critici e le avversità a lavoro
- 16.00 Chiusura dei lavori e questionario di valutazione

RAZIONALE:

La resilienza è la capacità di affrontare le avversità della vita e i momenti critici, attivando le proprie risorse interne ed esterne.

Essa ci aiuta a

- Saper programmare una strategia per affrontare e superare i momenti difficili
- Ad individuare le persone giuste da coinvolgere per affetto e competenza
- Ad opporsi ai condizionamenti di ciò che accade con la fiducia in sè stessi
- Trasformare un'esperienza avversa in un'opportunità di crescita

Obiettivi

- Imparare a sviluppare ed ottenere un supporto nella gestione quotidiana dei momenti critici
- Sviluppare competenze cognitive di autoregolazione
- Apprendere metodologie efficaci di gestione dei problemi

CREDITI ASSEGNATI: 6 ECM

Obiettivo clinico del corso: Aspetti relazionali e umanizzazione delle cure (12)

PROFESSIONI ACCREDITATE: Tutte le professioni

Informazioni personali	
Nome e Cognome	Federica Giuseppina Vittoria CAVICCHINI
Residenza	V.le A. Mantegna, 34 – 75100 MATERA
Domicilio	V.le A. Mantegna, 34 - 75100 MATERA
Telefono/i	347/0597751
e-mail	federicacavicchini@outlook.com
blog	
Nazionalità/e	italiana
Data di nascita	22 febbraio 1971
Settore di competenza	Professional Advanced Counselor & Trainer. Human Resource Specialist. Esperta in counseling aziendale, life counseling, career counseling e counseling scolastico. Nello specifico si occupa di: ben-essere dell'individuo e delle organizzazioni counseling individuale e di gruppo empowerment individuale, di gruppo ed organizzativo formazione area risorse umane: leadership, gestione dei conflitti, comunicazione efficace, training di assertività, team building in door e out door progettazione della carriera professionale orientamento alla scelta formativa scolastica ed universitaria
Esperienza professionale	
2019 ad oggi	Docente e responsabile scientifico di corsi E.C.M. per il personale sanitario
2019 a dicembre 2021	Coordinatrice territoriale area sud per ASSOCOUNSELING
2018	Co-fondatrice di SPAZIO PERSONA – Studio associato di counseling e sostegno psicologico
2018	Co-fondatrice della scuola per genitori in partnership con l'istituto comprensivo “D. Bramante” - MATERA
2014/2017	Membro del direttivo di AIDP BASILICATA – Associazione italiana per la direzione del personale e Responsabile del diversity management
2009 ad oggi	Conduttrice di un percorso annuale di seminari cultura del ben-essere e di work-shop e percorsi di gruppo di crescita personale
2008 ad oggi	Docente di empowerment counseling, bilancio di competenze e career counseling nel Master per Counselor

	di AICIS - BARI
2007 ad oggi	Svolge attività di Counselor , Formatore ed Orientatore come libero professionista con partita IVA
2005 al 2011	Counselor, Orientatore, Formatore – Socio Fondatore dell’Associazione IL PONTE SUL FUTURO - Orientamento e Counselling.
2003 al 2005	Formatrice ed orientatrice free lance
2000 al 2002	Responsabile scientifico e didattico della Formazione per COAF – Consorzio di Alta Formazione – MATERA (Basentech, Tecnopolis, Iseo)
1996 al 2000	Formatore e Consulente di formazione con partita IVA – Esperta di comunicazione e relazioni interpersonali, team building, problem solving, gestione dei conflitti, motivazione, assertività, auto-efficacia, autostima. Analista dei fabbisogni formativi aziendali – Progettista di percorsi formativi aziendali – Gestione ed organizzazione degli interventi formativi progettati – Tutoraggio - Formatore
Principali mansioni e responsabilità	Counselor individuale e di coppia Formatrice nel Master in counseling Formazione aziendale Formatrice e responsabile scientifico di corsi E.C.M. Conduzione di gruppi di crescita personale Conduzione di gruppi di mindfulness Conduzione di gruppi di bioenergetica Conduzione di cicli di seminari di crescita personale Conduzione di corsi per genitori Life counselling, career counseling ed empowerment counseling Attività di orientamento ed accompagnamento alla scelta universitaria, formativa e al mondo del lavoro Attività di riorientamento di lavoratori in mobilità Attività di formazione e facilitazione delle relazioni interpersonali e di gruppo. Elaborazione di progetti formativi. Selezione del personale e analisi del potenziale. Comunicazione interna ed esterna. Formatore/capo progetto. Progettazione di interventi formativi in riferimento all’area della Comunicazione, Sviluppo Personale e motivazione (Leadership, Problem Solving, Conflitti Aziendali, ecc..). Interventi d’aula in qualità di responsabile di progetto,

	formatore, ricerca.
Nome e indirizzo del datore di lavoro	<p>PRISCO PROVIDER Srl - MATERA CAV – Centro di aiuto alla vita - MATERA BPPB – Banca popolare di Puglia e Basilicata – Gruppo dei promotori finanziari SMILE STORE – Gruppo Sigma – MATERA PCC – Giochi e Servizi – GRUPPO LOTTOMATICA – Potenza MANPOWER S.p.A – Potenza ISFOE – Istituto di formazione europea - Potenza AGEFORMA – MATERA AICIS - BARI IFOR - Matera AICIS – Associazione italiana di counseling integrato e supporto - BARI CENTRO SERVIZI - MATERA MEMORY CONSULT - POTENZA VICARIATO DI ROMA – Ufficio Scuola Cattolica; SCUOLA SAN GIUSEPPE - Roma LICEO PSICO-PEDAGOGICO Istituto San Paolo – Roma CONSORZIO ICARO – Foggia; LICEO PSICO-PEDAGOGICO T.Stigliani - Matera LICEO CLASSICO E.Duni - Matera ISTITUTO TECNICO INDUSTRIALE – Matera ISTITUTO PROFESSIONALE PER I SERVIZI SOCIALI – Matera ISTITUTO PROFESSIONALE PER I SERVIZI ALBERGHIERI Matera; ISTITUTO TECNICO COMMERCIALE – Matera ISTITUTO TECNICO PER GEOMETRI – Matera CSV – Centro servizi per il volontariato della Basilicata – Matera CDO BASILICATA – Matera MANPOWER S.p.A. – Matera/Napoli IFAC/CCIAA – Como CONFORCOOP – Matera TECNOPLIS CSATA – Bari BASENTECH – Matera NICOLETTI SALOTTI – Matera STAR SERVICE S.p.A. - Matera</p>

Istruzione e formazione	
24 febbraio 2022	Laurea Magistrale in Psicologia Comportamentale e Cognitiva applicata
Settembre 2019/giugno 2020	Master in tecniche di rilassamento e Mindfulness, 64 ore – I livello
Giugno 2020/febbraio 2021	Master in Tecniche di rilassamento e Mindfulness 64 ore – livello avanzato
Giugno 2019	24 cfu per l'insegnamento
Giugno 2015	Workshop: Business coaching e leadership espansa
Giugno 2015	Workshop: Il group coaching
Giugno 2015	Workshop: Gioco di squadra: dallo sport all'azienda
Giugno 2014	Corso base di Giusto peso per sempre
Novembre 2013	Corso per Coach del GPXS – Giusto peso per sempre
Maggio 2013	Corso “Se solo tu potessi”
Giugno 2013	Training esperienziale “LA GESTALT E L'ESISTENZIALISMO: i temi radicati nell'animo umano”
Gennaio 2012	Corso per Coach Professionista
Dicembre 2011	Corso di base “ Il meglio di te con la PNL ed il coaching”
Ottobre 2011	Corso di floriterapia - II livello
Gennaio/Novembre 2009	Supervisione clinica/deontologica di gruppo relativa alla professione del counselor
Gennaio/Ottobre 2008	Percorso di specializzazione per Counselor - 64 ore
Novembre 2004/ Dicembre 2007	Master in Gestalt Counselor 450 ore + 150 ore di tirocinio
Settembre 2007	Giornate di studio - Condivisione dei metodi e degli strumenti per orientare i giovani
Settembre 2007	Corso di floriterapia – I livello
Ottobre 2006/luglio 2007	III Anno di frequenza del Master in GESTALT COUNSELING
Marzo 2006	Work-shop L'uso della cinematografia e della teatroterapia nel counseling e nella formazione
Ottobre 2005/luglio 2006	II Anno di frequenza del Master in GESTALT COUNSELING
Novembre 2005	Work-shop COUNSELING E FLORITERAPIA
Novembre 2004/luglio 2005	I Anno di frequenza del Master in GESTALT COUNSELING

<p>Luglio 2002</p> <p>Maggio 2002</p> <p>Marzo 2002</p> <p>Giugno 1999</p> <p>Maggio 1998</p> <p>Marzo 1995</p> <p>Giugno 1990</p>	<p>Seminario “ Progettare e gestire la formazione a distanza”</p> <p>Seminario “ Strategie e Progetti di E-Learning per la società della conoscenza”</p> <p>Corso avanzato di WEB MARKETING</p> <p>Seminario “ Il ruolo dell’E-learning per l’innovazione dei sistemi formativi ed organizzativi”</p> <p>Corso “FORMAZIONE FORMATORI”</p> <p>Seminario “COMPETENZE PER COMPETERE”</p> <p>Laurea in Lettere Classiche</p> <p>Maturità classica</p>
<p>Certificato o diploma ottenuto</p>	<p>Attestato</p> <p>Attestato di partecipazione</p> <p>Attestato di partecipazione</p> <p>Attestato di partecipazione</p> <p>Attestato di partecipazione ai fini della certificazione di Professional Counselor</p> <p>Diploma riconosciuto dal CNCP</p> <p>Attestato di partecipazione;</p> <p>Certificazione di Professional Counselor ;</p> <p>Attestato di partecipazione;</p> <p>Attestato di partecipazione;</p> <p>Laurea</p> <p>Maturità</p>
<p>Principali materie/competenze professionali apprese</p>	<p>Acquisizione di tecniche supporto mentale e di PNL per modificare abitudini e comportamenti non utili applicati alla perdita di peso</p> <p>Acquisizione di strategie motivazionali</p> <p>Aiutare i clienti ad affrontare le pressioni esistenziali: solitudine, morte, perfezionismo, responsabilità.</p> <p>Acquisizione di nozioni introduttive sulla PNL</p> <p>Acquisizione di tecniche di coaching</p> <p>La qualità della relazione e la selezione degli interventi per l’aiuto efficace: empatia ed alleanza motivazionale, pianificare gli obiettivi, motivare al cambiamento, tecniche di gestione delle emozioni, tecniche di rilassamento, lavorare il sogno</p> <p>Agevolatore nella relazione d’aiuto e tecnico socio-assistenziale individuale e di gruppo: tecniche, abilità ed atteggiamenti agevolanti il potenziale realizzativo</p>

	<p>dell'individuo in condizioni di difficoltà, incertezza, transizione evolutiva ed esistenziale</p> <p>Scambio di buone prassi</p> <p>Conoscenza ed utilizzo dei Fiori di Bach nella relazione d'aiuto</p> <p>Studio laboratorio sull'utilizzo del cinema come strumento di apprendimento e potenziamento dei processi formativi;</p> <p>Acquisizione di conoscenze e competenze nel campo della relazione d'aiuto applicata a singoli, coppie, famiglie e gruppi per affrontare il disagio esistenziale e per individuare e sviluppare il potenziale inespresso al fine del raggiungimento del benessere esistenziale.</p> <p>Sviluppo ed acquisizione di tecniche relative all'ascolto attivo, alla gestione delle dinamiche relazionali, alla riattivazione dell'energia psicologica bloccata nell'individuo origine del disagio esistenziale.</p> <p>Acquisizione delle conoscenze e delle competenze per affrontare il disagio lavorativo, sbloccare il potenziale inespresso dell'individuo e del gruppo di lavoro al fine di rendere l'organizzazione "empowered". Acquisizione di tecniche per compiere l'analisi organizzativa multidimensionale di un'organizzazione, elaborare career plan e motivare il personale all'interno di un'organizzazione.</p> <p>Acquisizione di conoscenze inerenti l'utilizzo dei Fiori di Bach per sbloccare il potenziale energetico dell'individuo.</p> <p>Acquisizione di conoscenze inerenti il funzionamento della formazione a distanza ed il suo possibile utilizzo all'interno di percorsi formativi.</p> <p>Acquisizione di conoscenze relative alle modalità del web marketing ed all'utilizzo e scelta delle diverse tecniche di web marketing.</p> <p>Sviluppo delle competenze inerente la gestione dell'aula e di percorsi formativi destinati agli adulti.</p>
<p>Nome e tipo d'istituto di istruzione o formazione</p>	<p>Università Giustino Fortunato - Telematica</p> <p>PANTAREI – MILANO</p> <p>AIDP BASILICATA</p> <p>DEBORA CONTI – MILANO</p> <p>MAX FORMISANO TRAINING - ROMA</p> <p>AICIS – Associazione italiana per il counseling integrato e sostegno – BARI</p> <p>NLP ITALY – Scuola di PNL e Coaching – ROMA</p>

	<p>ASPIC – Scuola superiore europea di counseling professionale – BARI; CDO BASILICATA E FEDERAZIONE CENTRI DI SOLIDARIETA’ BACH FOUNDATION c/o ASPIC BARI; WBT – Società di formazione a distanza – ROMA; SAMAUTECNORAMA – BARI; INTERNET MADRI – ROMA; EUROFORM, AIF, AIDP – ROMA; Beta Consult S.r.l. – POTENZA; AIF – Basilicata; Università degli Studi di Bari; Liceo classico “E.Duni” – Matera</p>			
Capacità e competenze personali	<p>Il mio percorso personale e formativo è stato determinante per lo sviluppo e il potenziamento delle capacità di: osservazione, analisi, raccolta informazioni, sintesi, gestione di una relazione d’aiuto, gestione delle dinamiche relazionali, analisi ed elaborazione di scenari, progettazione di strategie, identificazione e costruzione di obiettivi, elaborazione di processi in funzione del raggiungimento dei risultati, decision making e problem solving.</p>			
Madrelingua/e	Italiana			
Altra/e lingua/e	Inglese			
Autovalutazione	Comprensione		Parlato	Scritto
	Ascolto	Lettura	Interazione	Produzione orale
Lingua (inglese)	scolastica	scolastica		
Lingua				
Capacità e competenze sociali	<p>Dal 1996, svolgo attività di professionista free lance nel settore delle risorse umane occupandomi di gestione di processi, selezione di risorse umane, organizzazione di eventi, coordinamento di gruppi di lavoro, formazione e consulenza in progetti aziendali/personali ed attività d’aula. Dal 2004 ho iniziato ad interessarmi e poi ad occuparmi di salutogenesi lavorando con le persone ed i gruppi al fine di agevolare il loro potenziale realizzativo.</p> <p>Per lo svolgimento di questa attività è stato per me basilare sviluppare un’approfondita conoscenza di me stessa e dei miei sistemi di decodifica dell’esperienza soggettiva ed interpersonale, potenziare l’intelligenza emotiva, personale e sociale sviluppando abilità come l’empatia, la padronanza</p>			

	di me, la resilienza, la capacità di motivarmi e motivare, la coscienziosità, l'intuito, unitamente ad abilità di persuasione, influenza, problem solving e negoziazione.
Capacità e competenze organizzative	Il coordinamento di progetti formativi, l'organizzazione di eventi, le numerose giornate d'aula in veste di formatore e la direzione di un consorzio di alta formazione hanno sviluppato capacità notevoli di pianificazione, gestione, organizzazione e strategia.
Capacità e competenze tecniche	Analisi dei fabbisogni formativi, progettazione e gestione di percorsi formativi finanziati dal FSE, tecniche di comunicazione e gestione di una relazione d'aiuto, tecniche di orientamento alla scelta formativa e professionale, tecniche di motivazione al ruolo, al miglioramento continuo e alla performance.
Capacità e competenze informatiche	Buona la conoscenza dei sistemi informatici; Windows, Internet, reti Intranet, Office, Power Point.
Altre capacità e competenze	Conduzione di gruppi di crescita finalizzati all'elaborazione del disagio ed al potenziamento delle proprie risorse.
Patente/i	B
Ulteriori informazioni	Già iscritta alla Long List di Ageforma – agenzia formativa della provincia di Matera - come “orientatore” Iscritta ad ASSOCOUNSELING- Associazione professionale di categoria – e accreditata con certificato di competenza professionale No. REG – A0713 - 2012 nei seguenti campi applicativi: privato, scolastico, aziendale, orientamento scolastico, orientamento aziendale. Già coordinatrice territoriale area sud per Assocounseling E' stata formatrice volontaria presso la scuola delle infermiere volontarie della CROCE ROSSA ITALIANA - Matera Collabora con la cattedra di Gestione ed organizzazione delle risorse umane – Facoltà di economia aziendale – Università degli studi di Bari.
Annexes	Nessuno

N.B. Si autorizza la gestione dei dati personali riportati presente curriculum in accordo con le disposizioni del D.L. 196/03 (Nuovo Codice di regolamentazione per la privacy).