



**BUSINESS  
CLASS**

**EQUILIBRIO E FORMA:  
L'ARTE MARZIALE COME  
METAFORA PER LA  
MANAGERIALITÀ**

# EQUILIBRIO E FORMA: L'ARTE MARZIALE COME METAFORA PER LA MANAGERIALITÀ

#strategia #relazione #performance #resilienza



## OBIETTIVI

CODICE CORSO: AP4

Utilizzare la metafora delle arti marziali per coinvolgere in modalità esperienziale le persone impegnate in ruoli manageriali e condividere con loro riflessioni utili da portare nel proprio contesto di lavoro. I temi chiave su cui focalizzare l'esperienza sono i seguenti:

- **Equilibrio e autocontrollo.** Trasferire le tecniche per aumentare la concentrazione, gestire lo stress e controllare le proprie reazioni, sviluppando la consapevolezza emotiva di se stessi
- **Tensione all'eccellenza.** Sperimentare approccio e mentalità tipica delle arti marziali, orientata all'equilibrio, al miglioramento continuo, al consolidamento dell'autostima e al superamento dei propri limiti
- **Relazione efficace.** Sviluppare la capacità di anticipare e gestire il conflitto, attraverso empatia, capacità di lettura dell'interlocutore, definizione e attuazione di una strategia consapevole di relazione



## CONTENUTI

Il format prevede che l'attività didattica si svolga con un maestro qualificato in arti marziali e un docente esperto di temi manageriali. Nel corso delle due giornate di formazione, verranno realizzate le seguenti attività:

- presentazione delle arti marziali e focalizzazione sulla disciplina scelta come metafora
- riscaldamento fisico e presentazione dei fondamentali (le formule, il linguaggio e la filosofia)
- preparazione psicologica: formule meditative di consapevolezza, tecniche di rilassamento e riconoscimento emotivo, logiche di controllo di sé e gestione della propria forza.
- 3 livelli relazionali: io con me stesso, io con l'altro, io con il gruppo
- allenamento da solo, in coppia (fiducia, improvvisazione nel trovare soluzioni creative), in gruppo (performance pubblica)
- sessioni incontri per mettere in campo alcune delle abilità apprese, in una logica simulata, evitando contatti completi o pericolosi.
- ricontestualizzazione, isolando gli apprendimenti metaforici e riportandoli nel proprio lavoro, acquisendo quindi consapevolezza delle nuove facoltà, costruendo un piano d'azione e di miglioramento



## METODOLOGIA

La metodologia adottata prevede un'attività di formazione esperienziale, basata sulla metafora dell'arte marziale come vera e propria arte, da intendere come insieme di competenze che hanno numerosissimi collegamenti con le attività manageriali relative alle professioni dei partecipanti coinvolti.

Il percorso formativo utilizza il metodo B-A-D:

- **Briefing:** fase di preparazione dei partecipanti all'esperienza, durante la quale vengono tratteggiati gli obiettivi, la metodologia e le sfumature della metafora. Si tratta di un momento di ascolto con domande strutturate, volto all'ingaggio dei partecipanti per le successive fasi;
- **Action:** attività sul campo, con l'utilizzo anche di strumenti tecnici, previa definizione dei comportamenti da tenere, degli obiettivi perseguiti da ciascun esercizio e del tempo prestabilito di ultimazione;
- **De-Briefing:** fase conclusiva per condividere e consolidare quanto appreso, facilitare l'interiorizzazione dei messaggi e quindi evidenziare i concetti sui quali costruire il ponte tra la metafora e la realtà aziendale.

# EQUILIBRIO E FORMA: L'ARTE MARZIALE COME METAFORA PER LA MANAGERIALITÀ



## CERTIFICAZIONI

Il corso, volto al miglioramento, accrescimento e potenziamento delle competenze manageriali consentirà ai partecipanti di conseguire una **Dichiarazione delle Competenze** (Conoscenze e Abilità) raggiunte durante il percorso. Si tratta di un'attestazione di acquisizione delle singole competenze coerenti con il corso frequentato e conferita a coloro i quali supereranno con esito positivo le prove di verifica previste dal percorso.

### MODALITA' FORMATIVA

Aula

Training on the job

Rotazione programmata nelle mansioni lavorative, affiancamento e visite di studio

Partecipazione a circoli di qualità o gruppi di auto-formazione

Formazione a distanza sincrona

Formazione a distanza asincrona

Partecipazione a convegni, workshop o presentazione di prodotti/servizi

■ Altro (Outdoor Training)



**QUOTA DI ISCRIZIONE:** € 1.400,00 \*

\* La quota d'iscrizione è interamente coperta dall'iniziativa del fondo Fondir. Il cofinanziamento, a carico dell'impresa beneficiaria, sarà garantito dal costo del personale in formazione. Anche le spese di vitto e viaggio possono costituire la quota di cofinanziamento.



**DURATA:** 2 gg (16 hh)



CONFORM S.c.a.r.l. si riserva la possibilità di non attivare il corso se non si raggiunge il numero minimo di iscritti per l'organizzazione delle attività didattiche.

## STINTINO

### IL PAESE

Situato nell'estrema punta della Sardegna, a nord - ovest, il Comune di Stintino possiede una delle coste più affascinanti dell'intera Regione, con spiagge dalla sabbia bianchissima, acque cristalline e uno dei mari più belli dell'intero Mediterraneo, come la notissima spiaggia "La Pelosa".

Con i suoi panorami mozzafiato, una natura selvaggia e incontaminata, lontano dalle città più grandi, Stintino è visitato dai turisti di tutto il mondo; un vero paradiso per gli amanti del mare, a contatto con un ambiente ancora puro ed inalterato!



### COME RAGGIUNGERE LA LOCATION

#### da PORTO TORRES:

Usciti dal porto commerciale di Porto Torres prendiamo corso Vittorio Emanuele II, svoltare a destra e passata la ferrovia andare verso il porto industriale. Seguendo le indicazioni prendere sulla sinistra la SP34 verso Stintino, sulla quale si immettono prima la SS131 proveniente da Sassari e poi poco più avanti la SP42 da Alghero.

#### da ALGHERO:

La distanza tra l'aeroporto di Fertilia e Stintino è di circa 50 km, all'uscita dall'aeroporto girare a destra sulla SS291; dopo circa 8 km girare a sinistra sulla SP42 e proseguire per circa 15 km, poi girare a sinistra sulla SP34 e proseguire seguendo le indicazioni per Stintino.

#### da OLBIA:

La distanza tra l'aeroporto di Olbia e Stintino è di circa 150 km: prendere via G.Pala, dopo circa 10m girare a destra in via Milano per 50m; girare a destra in via Napoli per 50m, poi a sinistra in via Angioj per 50m e di nuovo a destra in Corso Umberto I / SS127 per circa 300m; girare a sinistra in via Mameli per 450m, continuare su via Roma e dopo circa 1.5 km girare a destra in Strada monti Olbia per 2.5 km; girare a destra in SS199, continuare sulla SS597 per immettersi dopo circa 50 km sulla SS131 in direzione Sassari, proseguire per Porto Torres e da lì sulla SP34 in direzione Stintino.

# Conform

## Consulenza, Formazione e Management

CONFORM - Consulenza, Formazione e Management S.c.a.r.l. opera dal 1995 a livello nazionale e internazionale promuovendo progetti di ricerca, piani di formazione, con format e soluzioni innovative, in presenza, esperienziali e in modalità e-learning, attività di consulenza e assistenza tecnica alle imprese e alla PA, con il supporto di personale esperto, un team consolidato di formatori, consulenti, professionisti, manager e imprenditori, portatori di esperienze di successo, e una fitta rete di relazioni, con partner nazionali, europei e internazionali.

Nel corso degli anni ha maturato una rilevante esperienza:

- a) nella progettazione, organizzazione, erogazione e rendicontazione di progetti/piani formativi, basati su un'offerta strutturata in corsi in aula, in modalità e-learning e outdoor training, seminari, stages, incontri di studio e di aggiornamento, anche mediante l'utilizzo delle nuove tecnologie, per sviluppare le competenze di giovani diplomati e/o laureati, dipendenti, quadri, dirigenti, imprenditori e professionisti;
- b) nella sperimentazione di modelli di analisi del fabbisogno a livello individuale, aziendale, settoriale e territoriale, di macro e micro progettazione, di erogazione, valutazione e controllo qualità di percorsi formativi in grado di far acquisire/sviluppare le competenze richieste dal mercato del lavoro;
- c) nello sviluppo, applicazione e trasferimento di metodologie didattiche innovative (Edutainment, Movie Education, ecc.), in grado di garantire il rigore scientifico dei contenuti e l'originalità delle situazioni e delle soluzioni adottate per valorizzare la professionalità delle persone e diffondere una cultura orientata al risultato, come frutto delle conoscenze, delle capacità e dei comportamenti che ciascuna risorsa deve "mobilitare" per contribuire alla competitività dell'azienda
- d) nella progettazione e realizzazione di prodotti multimediali, business game, strumenti operativi e ambienti virtuali per l'apprendimento individuale e collettivo, con la condivisione di risorse didattiche e la diffusione di comportamenti "social" per migliorare le relazioni e contribuire alla produttività aziendale
- e) nell'assistenza alla creazione d'impresa, facilitando nelle persone le conoscenze, le abilità e le qualità comportamentali necessarie per tradurre le idee in azione, attraverso l'avvio di nuove imprese, valide sotto il profilo dell'innovazione, della creatività e della fattibilità economico-finanziaria
- f) nello sviluppo di una pluralità di prodotti/servizi integrati per favorire la crescita e lo sviluppo competitivo delle aziende, affiancandole: nell'elaborazione di piani strategici per l'evoluzione delle funzioni aziendali e/o del general management; nell'innovazione dei prodotti/processi; nella promozione dell'offerta commerciale, anche mediante soluzioni di digital e social marketing; nell'ottimizzazione della struttura economica, patrimoniale e finanziaria; nell'adeguamento al sistema di rating ed al modello di pricing del prestito; nel processo di internazionalizzazione, facilitando il ripensamento del modello di business con il supporto nella scelta dei mercati esteri, nella valutazione delle opportunità e/o dei rischi correlati.



## LE NOSTRE SEDI IN ITALIA

CONFORM - Consulenza, Formazione e Management S.c.a.r.l.:

- è accreditata per la Formazione Professionale in Regione Campania - Ambiti Formazione continua, superiore e per adulti - e in Regione Veneto - Ambiti Formazione continua
- opera rispettando la Certificazione di Qualità, secondo la norma UNI EN ISO 9001:2008 – Settore EA35 e EA37 nelle seguenti sedi certificate

### Sede Legale e Operativa

**Avellino, Località Collina Liguorini – 83100**

### Sedi Operative

**Milano, Corso Vercelli, 1 20144**

**Padova, Via E. P. Masini, 2/6 – 35131**

**Modena, Via Aristotele, 195 – 41100**

**San Giorgio di Nogaro (UD), Via Marittima, 69 – 33058**

**Roma, Via Boncompagni, 6 – 00187**

**Sassari, Viale Umberto I, 36 – 07100**

**Lanciano (CH), Viale Cappuccini, 76 – 66034**

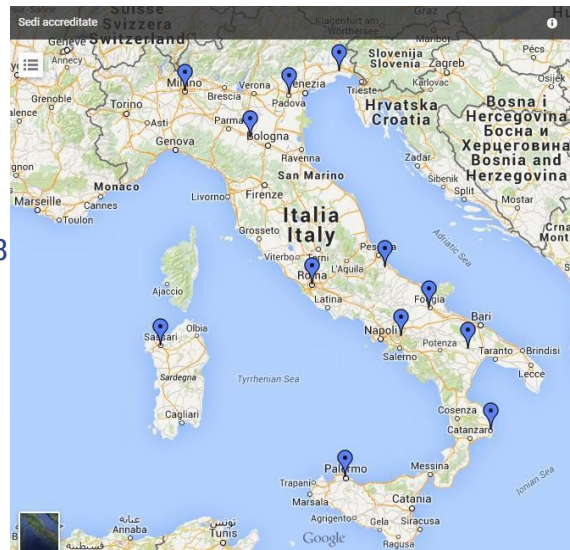
**Foggia, C.so Garibaldi, 72 – 71121**

**Matera, Piazza della Concordia, snc**

**Fraz. Borgo La Martella – 75100**

**Crotone, Via Gramsci, 2 – 88900**

**Palermo, Via XX Settembre, 64 – 90100**



## CONTATTI

CONFORM

Consulenza Formazione e Management S.c.a.r.l.  
Collina Liguorini s.n.c. - 83100 Avellino

Tel. + 39 08251805405/06/50

Fax. + 39 0825 756359

[conform@conform.it](mailto:conform@conform.it)

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

[www.educare.conform.it](http://www.educare.conform.it)

