

## Le Palestre

Allenamento sul campo per competenze fondamentali

# IO E IL CAMBIAMENTO

Dove punta la mia bussola?



«LA VIA PER USCIRE PASSA DALLA PORTA.  
CHISSÀ PERCHÉ NESSUNO LA PRENDE MAI.»

Confucio

## Perché una Palestra sul cambiamento

Quando parliamo di gestione del cambiamento e dell'incertezza ci riferiamo a quell'insieme di capacità che le persone utilizzano per abitare contesti organizzativi sempre più caratterizzati da continui cambiamenti, accelerazione di ritmi e velocità, perdita di orizzonte sul lungo periodo, moltitudine di informazioni, instabilità e insicurezza.

Più in generale, è necessario imparare a gestire un mondo con più libertà e meno sicurezze, «saper stare sulle proprie gambe», rinunciando a strutture forti di protezione.

Come allenare queste capacità? Quali strumenti utilizzare?

Quando il panorama si muove, bisogna dotarsi di una bussola solida, saper trovare il proprio centro e rivedere le mappe.

*«È il punto di vista che fa la cosa» - Ferdinand de Saussure*

La Palestra è un percorso di scoperta e di sviluppo intorno al proprio rapporto con il cambiamento.

Un'esperienza che stimola a mettersi in gioco per affrontare realtà che richiedono risposte nuove, coraggio e proattività.

## Obiettivi e metodologia della Palestra

La metodologia è fortemente esperienziale e vede il gruppo come contenitore e moltiplicatore degli apprendimenti individuali.

Il percorso attiva i partecipanti, attraverso esercizi esplorativi, ad approfondire il proprio rapporto con il cambiamento: miti personali e resistenze verso una traiettoria concreta di reale *trasform-azione*.

### Focus:

- Cambiamento delle organizzazioni, individui e identità
- Strategie nel cambiamento
- Cambiamento: emozioni e prospettive cognitivamente diverse
- Spinte che limitano le scelte in modo irrazionale e non strategico

### Obiettivi:

- Consolidare gli apprendimenti «esperienziali» attraverso un percorso guidato di riflessione personale in gruppo
- Leggere il proprio rapporto con il cambiamento per adottare comportamenti più «strategici», maggiormente coerenti con i propri desideri e obiettivi
- Delineare concreti piani di *trasform-azione*
- Conoscere le proprie resistenze al cambiamento
- Conoscere la propria propensione al cambiamento
- Supportare nel gestire una nuova sfida, ruolo e/o progetto
- Accelerare l'apprendimento e il cambiamento

## Architettura del percorso



□ Inquadramento Teorico

⊞ Palestra (lavori in gruppi)