



Denominazione	Personal mastery and mindfulness
Moduli componenti	
Settore scientifico-disciplinare	ECON-08/A
Anno di corso e semestre di erogazione	2 °anno – 2° semestre
Lingua di insegnamento	Italiano
Carico didattico in crediti formativi universitari	8
Numero di ore di attività didattica assistita complessive e ripartite tra DE e DI	DE: 48 DI: 16
Docenti	Lorenza Angelini
Risultati di apprendimento specifici	<p>Acquisire una conoscenza approfondita delle competenze di intelligenza emotiva e delle tecniche di mindfulness e gli strumenti della narrazione. In tal modo lo studente comprenderà come valorizzare le proprie abilità personali e come comunicarle.</p> <p>Lo studente sarà pertanto in grado di valorizzare le proprie competenze, di aumentare la fiducia in sé stesso e di saper creare un clima collaborativo.</p> <p>In termini di autonomia di giudizio, lo studente maturerà la capacità di analizzare in maniera propositiva i differenti stili di relazione e di relazionarsi in modo costruttivo.</p> <p>Lo studente svilupperà, altresì, la metodologia per una narrazione efficace e coinvolgente.</p> <p>In particolare, lo studente sarà in grado di comprendere come gestire le proprie emozioni ed aumentare la consapevolezza.</p>
Programma	<p>In particolare, il corso affronterà i seguenti temi:</p> <p>Parte 1: Personal Mastery</p> <ul style="list-style-type: none">- Il piano di sviluppo personale- Le 5 dimensioni della fiducia- La gestione delle emozioni <p>Parte 2: Mindfulness</p> <ul style="list-style-type: none">- La consapevolezza e il ben-essere- Conoscere sé stessi e gli altri- Lo Storytelling per sottolineare la propria unicità
Tipologie di attività didattiche previste e relative modalità di svolgimento	<p>L'insegnamento è strutturato in lezioni di didattica frontale e interattiva.</p> <p>Gli studenti saranno attivamente coinvolti attraverso esercitazioni e simulazioni. Sono previste, inoltre visite aziendali.</p> <p>Nella didattica si prevede anche utilizzo di assessment.</p> <p>E' responsabilità degli studenti arrivare preparati a lezione avendo visionato il materiale didattico indicato dal docente.</p>



Metodi e criteri di valutazione dell'apprendimento	<p>Le modalità di esame sono diverse a seconda che lo studente sia frequentante (partecipazione ad almeno il 70% delle lezioni) o non frequentante.</p> <p>Per gli studenti <u>non frequentanti</u> l'esame può essere svolto esclusivamente come esame generale in forma orale. L'esame è articolato in quattro macro-domande relative all'intero programma. Orientativamente l'esame ha una durata pari a 15/20 minuti.</p> <p>Per gli studenti <u>frequentanti</u> l'esame può essere svolto alternativamente mediante: una prova generale orale, con le stesse modalità illustrate per gli studenti non frequentanti oppure mediante una prova intermedia orale riguardante la parte 1 (da svolgersi obbligatoriamente nella data che sarà comunicata durante il corso), della durata indicativa di 15/20 minuti, ed una seconda prova finale orale della durata di circa 10 minuti inerente alla restante parte del corso.</p> <p>Sia la prova orale intermedia che quella orale finale sono finalizzate a verificare la piena comprensione degli argomenti trattati e la capacità di applicazione dei modelli presentati.</p>
Criteri di misurazione dell'apprendimento e di attribuzione del voto finale	<p>La valutazione dell'apprendimento prevede l'attribuzione di un voto finale espresso in trentesimi.</p> <p><u>Studenti frequentanti: Prova intermedia e Prova finale</u></p> <p>I voti della prova intermedia e della prova finale sono espressi in trentesimi.</p> <p>Il voto finale è la media ponderata tra il voto della prova intermedia e quello della prova finale (la prova intermedia pesa per il 70%; la prova finale pesa per il 30%). Tuttavia, l'esame si considera superato soltanto se si raggiunge la sufficienza sia nella prova intermedia sia in quella finale. Di conseguenza può accedere alla prova finale orale soltanto chi ha raggiunto la sufficienza nella prova intermedia orale.</p> <p><u>Studenti frequentanti e non frequentanti: Prova generale orale</u></p> <p>Il voto è espresso in trentesimi. Ai fini dell'attribuzione del voto finale le domande hanno lo stesso peso e sono valutati i medesimi obiettivi illustrati per la prova intermedia.</p>
Propedeuticità	Non è richiesta nessuna propedeuticità.
Materiale didattico utilizzato e materiale didattico consigliato	<p>Angelini L., Storytelling: il potere delle storie d'impresa, FrancoAngeli, 2016</p> <p>D'Amato V., L'arte del dialogo, FrancoAngeli, 2016</p> <p>Materiale didattico integrativo reso disponibile dal docente.</p> <p>Slide a cura del docente.</p>