

# FORM 1

## Brescia

Il FORM è un **percorso di sviluppo personale** che prevede:

- 12 tappe con cadenza mensile suddivise in tre ambiti di conoscenza e comprensione: **il sè il gruppo e la professione.**
- Un'attività di **mentoring** con appuntamenti individuali volti a riflettere sul sè e ad offrire spunti per migliorare relazioni e competenze.
- un **percorso individuale personalizzato** di studio ed esperienza

Nel corso delle oltre 65 edizioni svolte, lo Studio Cesaro&Associati ha aiutato più di **700** persone a trovare e valorizzare capacità e caratteristiche utili ad esercitare la propria professione.

Questi incontri sono costellati da un puntuale lavoro di studio, ricerca e collegamento tra la vita reale personale e professionale.

## OBIETTIVI

1. Contribuire alla **crescita** delle persone e del proprio gruppo di lavoro
2. Costruire un sapere scientifico in tema di **gestione del cambiamento**
3. Comprendere i meccanismi biologici e culturali dell'apprendimento umano
4. Addestrare e sviluppare abilità che riguardano:
  - l'organizzazione del sè personale e professionale
  - l'ascolto e la comunicazione
  - la sperimentazione e la creatività
  - la gestione di un gruppo di lavoro
  - lo studio e la ricerca
  - il miglioramento della qualità della vita

## METODO DI LAVORO

La nostra scelta didattica è quella di favorire relazioni incrociate tra i componenti del gruppo di lavoro, attraverso le quali si metteranno in comune **esperienze, problemi e buone pratiche**, allo scopo di approfondire argomenti tecnici, situazioni personali e professionali.

Il gruppo, volutamente eterogeneo, permetterà un confronto ricco e stimolante secondo le **regole della libertà e del non giudizio.** L'approccio sarà **multidisciplinare.**

Gli incontri saranno integrati dalla disponibilità di tutor e docenti a continuare gli approfondimenti anche al di fuori dell'aula. A questo scopo, ad ogni incontro verrà fornito del materiale per favorire un maggior scambio.



## DESTINATARI

Il percorso è rivolto ad **imprenditori, responsabili di funzione** e a tutti coloro che desiderano essere più abili, più concreti e più informati nell'**accompagnare persone e gruppi nella loro crescita** e in definitiva in un cambiamento complesso. E nell'attraversare loro stessi il **cambiamento**.

## MODALITÀ IBRIDA

- La formazione sarà ibrida:
- sincrona e **in presenza** durante gli incontri si andranno ad approfondire le tematiche del programma
- asincrona e a distanza attraverso la **piattaforma** dello Studio Cesaro dove sarà possibile documentarsi e approfondire le tematiche d'interesse prima e/o dopo gli incontri in presenza. All'interno della piattaforma saranno caricati slide, testi, filmati con l'obiettivo di continuare la propria formazione personale oltre agli incontri in presenza.

## MODULI

1. La comprensione dell'**individuo**, del suo comportamento nel gruppo e dei ruoli relativi
2. La gestione del cambiamento e dell'ansia
3. Emozioni, intelligenze e riconoscimento dei talenti
4. Tempo e gestione del sé personale, affettivo e produttivo: **gestione del tempo** nostro e degli altri
5. La formazione come viaggio: la pianificazione del proprio progetto di **crescita** personale e professionale
6. Eventi vissuti e depositati. Perché conservare la memoria: scrivere per ricordare
7. La motivazione personale, professionale e aziendale
8. Teatro: comunicazione, ascolto e rappresentazione del sé
9. Il gruppo, la **gestione del gruppo**, la leadership e la motivazione
10. **Creatività**: una necessità per l'organizzazione
11. Convegno di fine anno
12. Momento di sintesi e conclusione

## DETTAGLI E COSTI

**PRIMO INCONTRO:**  
martedì 25 marzo 2025

**Durata:** un anno  
*Un incontro mensile dalle ore 10.00 alle ore 17.00*

**Sede principale del form:**  
via Pace, 10 - Brescia

**Altre sedi:**

- Abbazia di Novacella (BZ), incontro "Eventi vissuti e depositati"

**Costo: € 2.000 + iva\***  
*\*è previsto uno sconto del 10% per il pagamento della quota in un'unica rata anticipata.*



Il nostro stile è rispettoso della **libertà individuale** e di espressione di ciascuno, per questo siamo molto attenti a garantire fin dall'inizio l'autonomia progettuale e la non dipendenza da alcun filone teorico, persona o metodologia nell'apprendimento e nella gestione delle relazioni individuali e collettive.

**Segreteria per le iscrizioni:**  
**formazione@cesaroeassociati.it**  
**tel. 045 570 8781 / cell. 389 899 2277**

---

**TIMBRO SRL - Brescia**  
presso Polo Innovativo  
Via delle Scuole 1/G - 25128 Brescia (BS)  
Tel. 045-6801972