



Istituto Nazionale di Fisica Nucleare
Sezione di Torino
FORMAZIONE

PIANO FORMATIVO
LOCALE 2020
DELLA SEZIONE INFN DI
TORINO

**COVID-19, BENESSERE E
SMART WORKING:
conoscere, conoscersi e
fronteggiare
efficacemente le sfide
attuali e del futuro**

Obiettivi: Il percorso formativo intende fornire conoscenze e spunti di riflessione utili ad affrontare efficacemente gli aspetti dell'emergenza sanitaria che impongono un distacco dalla normalità lavorativa e che implicano la necessità di affrontare uno scenario in costante mutamento. Il percorso è finalizzato a illustrare un quadro di rischi e di vantaggi dello *smart working*, del rientro del lavoro in ufficio e di fornire strumenti utili per fronteggiare al meglio un contesto in continua evoluzione che richiede sia un *mind-set* flessibile che nuove competenze tecniche legate al mondo della comunicazione digitale.

Target: Il corso è rivolto alla totalità dei dipendenti con un max di 30 persone.

Docente:

Dr.ssa Priscilla Dusi - Psicologa
(Prima S.R.L. Training & Consulting)

Date: 25 settembre ore 9.00-12.30
07 ottobre ore 13.30-17.00

Modalità: on line tramite la piattaforma Gotomeeting o Zoom tramite PC fisso o portatile (no cellulare).

Svolgimento: Ai partecipanti sarà richiesto di mantenere la webcam accesa per tutto il periodo di svolgimento del corso per attività interattive. Durante lo svolgimento verranno somministrati brevi sondaggi interattivi (in forma anonima) per focalizzare ed indagare le tematiche proposte.

Iscrizione: entro 22 settembre 2020

Programma:

• **25 settembre ore 9.00-12.30**

Survey 1: un tuffo tra passato e futuro: la percezione del presente per il benessere di domani e dopodomani;

Remote working e rischi psicologici, relazionali e organizzativi collegati;

Tecnostress: conseguenze ed effetti per l'individuo e le organizzazioni;

Dal Remote working allo smart working: vantaggi, buone prassi e suggerimenti;

Survey 2: emergenza Coronavirus: key skills per fronteggiare le criticità affrontate con lo smart working;

Le basi della comunicazione digitale: le regole, le piattaforme e gli strumenti a disposizione.

• **7 ottobre ore 13.30-17.00**

Survey 3: Emergenza Coronavirus: fattori emotivi e strumenti personali per il benessere;

Gestire e affrontare il cambiamento: Change Management;

Stress resilience: la resilienza organizzativa e individuale;

Esercitazione di fine corso (Gamefication model);

Test di apprendimento e scheda di valutazione