



## LE GIURISTE DEL FUTURO

### Valorizzare il talento femminile per lavorare meglio nel mondo giuridico che cambia

Nelle organizzazioni si parla comunemente di Diversity management e di inclusione per significare come la specificità delle differenze di genere sia una ricchezza da valorizzare.

Ma sappiamo benissimo che il mondo del lavoro, soprattutto quello giuridico, è ancora molto declinato al maschile e che tutelare non significa sempre offrire pari opportunità.

Conoscere i propri talenti aiuta a prenderne consapevolezza e a valorizzarli nel modo giusto e in armonia con i propri bisogni e con quelli del contesto di riferimento.

Il talento femminile può fungere, anche, da catalizzatore di visioni che aiutino i contesti sociali a trasformarsi. Per svolgere questo ruolo, però, le donne hanno bisogno di lavorare prima di tutto su sé stesse: se vuoi cambiare gli altri devi essere prima disponibile a cambiare te stessa e gli schemi di pensiero rigidi e infecondi.

#### OBIETTIVI

- Riconoscere atteggiamenti e comportamenti che ostacolano il proprio sviluppo personale
- Apprendere tecniche per modificarli
- Imparare a riconoscere bisogni e priorità
- Lavorare sul proprio potenziale di realizzazione
- Valorizzare le proprie energie per dare un contributo di qualità sia nella vita professionale che personale
- Trovare alleati e creare sinergie

#### DESTINATARIE

Il corso si rivolge a manager di tutte le funzioni aziendali, ma anche a libere professioniste e imprenditrici.

**METODOLOGIA DIDATTICA:** Nei corsi, oltre ad una approfondita trattazione degli argomenti proposti, ampio spazio verrà concesso ad esercitazioni pratiche e lavori di gruppo, attività di interazione, giochi di ruolo e test.

## ROSSELLA CARDINALE



COUNSELING – FORMAZIONE – YOGA  
[www.allenaipensieri.it](http://www.allenaipensieri.it)

### LA PROPOSTA

L'offerta riservata all'Associazione italiana donne giuriste italiane prevede due percorsi formativi di 3 incontri di due ore ciascuno (lunedì dalle 13.30 alle 15.30) da tenersi in Via Larga 15, terzo piano.

I tre incontri avranno un costo di 100 euro + Iva a partecipante (min 8/max 14).

### LA DOCENTE



**Rossella Cardinale**

Laureata in diritto del lavoro con tesi sulle Pari opportunità, dopo aver maturato una esperienza aziendale manageriale ultra ventennale nel campo dell'editoria e della formazione giuridica, oggi collabora, come *soft-skills trainer* e facilitatore con diverse aziende (tra cui Poligrafico dello Stato, B- Ticino, IBM, Babybell e altri) dove tiene corsi, in house e interaziendali, sui temi del riconoscimento e della gestione delle emozioni e dell'empowerment, con particolare attenzione al tema della vocazione.

E' facilitatrice formata alla Pratica collaborativa ([www.praticacollaborativa.it](http://www.praticacollaborativa.it)) e socia dell'AIADC - Associazione Italiana Professionisti Collaborativi, secondo gli standard *IACP International Academy of Collaborative Professionals*.

Fa parte di una rete di formatori che offrono servizi alle aziende sul tema dell'intelligenza emotiva.

E' *Professionale Counselor* di formazione psicosintetica iscritta al C.N.C.P. e collabora con l'Istituto di psicosintesi di Milano, coordinando gli "Aperitivi letterari", conferenze sui temi della crescita personale.

Con l'obiettivo di integrare il lavoro su corpo e mente, insegna Hatha yoga e Pranayama.



## 1. GIURISTE E GESTIONE DEL TEMPO: COME ESSERE EFFICIENTI E IN ARMONIA CON SÉ STESSA

### CONTENUTI

Per le donne impegnate nel mondo del lavoro il tempo è sicuramente la risorsa più preziosa, quella che non può essere restituita una volta perduta.

Imparare a gestire bene il nostro tempo ci consente di dedicarne sufficientemente alle cose importanti della propria vita. Possiamo allora scoprire un diverso concetto di “efficienza” finalizzato a generare energie positive e senso di appagamento.

Una gestione del tempo consapevole consente di attivare livelli elevati di qualità nel proprio lavoro e di integrare successo professionale e soddisfazione personale.

### PROGRAMMA

- ✚ Conosco, padroneggio e trasformo il mio comportamento
- ✚ Credenze limitanti e automatismi
- ✚ Come passare dalla gestione del tempo alla creazione di opportunità
- ✚ Un nuovo modello per la gestione del tempo
- ✚ Creare sistemi a basso consumo di energia
- ✚ Trovare alleate e avviare una rivoluzione positiva

**DURATA: 6 ore**

**CALENDARIO: 16, 23 e 30 settembre dalle 13.30 alle 15.30**

**Via Larga 15, Milano – terzo piano**



## 2.SBAGLIANDO S'IMPARA: TRASFORMARE L'ERRORE E GENERARE PROGRESSO

### CONTENUTI

Gli errori esistono, sono onnipresenti e non possono essere completamente evitati. Le scienze dimostrano, infatti, che l'apparato cognitivo degli esseri umani agisce per elaborazione euristica soggetta ad errori e non per elaborazione algoritmica, potenzialmente senza errori.

Ma gli errori portano solo al fallimento?

La storia del business è piena di errori che si sono rilevati innovazioni vincenti.

Per tradurre in comportamenti virtuosi la cultura dell'errore è importante, però, avviare processi di "alfabetizzazione emotiva" che consentano di superare la paura di parlare dell'errore, così promuovendo consapevolezza, trasparenza e apprendimento, ma soprattutto essere disponibili ad una gestione cooperativa dei conflitti, basata sulla fiducia nelle possibilità evolutive delle organizzazioni.

### PROGRAMMA

- ✚ Capire l'altro: chi ho di fronte, i suoi paradigmi...dove vuole arrivare?
- ✚ Esporsi al rischio: la consapevolezza e la possibile prevenzione
- ✚ L'imperfezione professionale: nessuno è immune al fallimento
- ✚ Accettazione dell'errore: responsabilità e colpa
- ✚ Dare feedback positivi e negativi: come esprimere punti di vista diversi senza entrare in conflitto
- ✚ La paura dell'errore come vincolo alla creatività e all'innovazione

**CALENDARIO: 7, 21 e 28 ottobre dalle 13.30 alle 15.30**

**Via Larga 15, Milano – terzo piano**