



## Introduzione alle Soft Skills

---

Definizione dei  
termini base



---

---

Non offriamo corsi, ma percorsi che accompagnano la crescita reale, personale e professionale degli individui e dei team.

---

---



[ameesuccesso.it](http://ameesuccesso.it)



[info@ameesuccesso.it](mailto:info@ameesuccesso.it)



[0828.370305](tel:0828370305)



[3938460835](tel:3938460835)



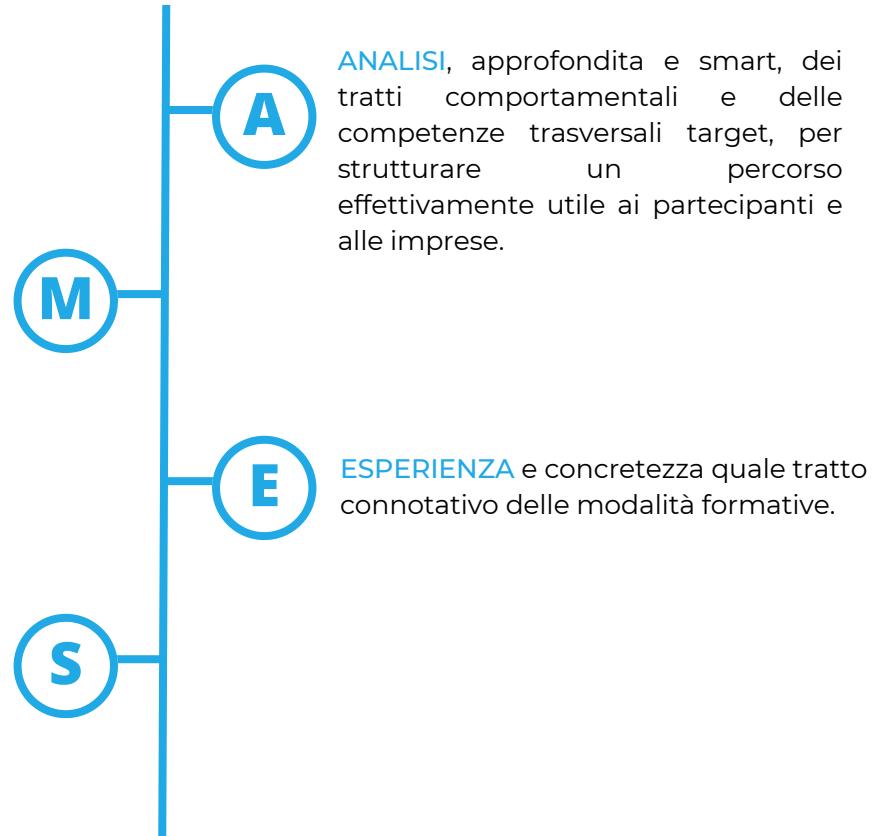
## Introduzione alle Soft Skills

### Definizione dei termini base

Ispirato alle **neuroscienze** e alle più recenti innovazioni nel campo delle **metodologie formative**, strutturato grazie alla **pluriennale esperienza** maturata nella formazione di aziende e lavoratori di molteplici ambiti produttivi, il metodo AMES **si fonda su 4 pilastri** prioritari:

**MISURAZIONE** dei livelli di competenza *as is* e *to be*.

**SPECIFICITÀ** e **SOSTENIBILITÀ** delle competenze raggiunte, a garanzia dell'implementazione di attività formative realmente arricchenti e significative.



Tale metodo è implementato attraverso attività *outdoor* o formazione in aula contraddistinte da un ampio ricorso a metodologie didattiche attive, quali *role play*, giochi, simulazioni, analisi dei casi e dei problemi. Il metodo AMES prevede anche il ricorso a **strumenti innovativi**, come la realtà virtuale per rendere ingaggiante e sfidante l'apprendimento.



## Introduzione alle Soft Skills

### Definizione dei termini base

#### ASSERTIVITÀ

Capacità di affermare con sicurezza le proprie convinzioni o opinioni, è caratterizzata da:

- sicurezza personale, affermazione delle proprie opinioni, non aver paura di dispiacere
- volontà di influenzare il corso degli eventi, di avere il controllo sulle decisioni

Si fa presente che esistono diverse definizioni di assertività, a seconda dell'ambito e del senso comune. In questo caso, con assertività si fa riferimento più specificamente al concetto di fiducia in se stessi e all'ambizione più che a un atteggiamento di disponibilità

#### ARGOMENTAZIONE

Capacità di mobilitare argomenti pertinenti per consolidare e legittimare le proprie posizioni, è caratterizzata da:

- disinvolta a livello verbale e non verbale, iniziativa sociale, vivacità verso gli altri
- nessun timore per le resistenze, apprezzare il fatto di riuscire in ciò che si intraprende
- curiosità, attrazione per la novità, interesse per svariati argomenti.

#### CONSAPEVOLEZZA

Capacità di valutare le proprie risorse o abilità professionali al loro giusto livello, è caratterizzata da:

- capacità di valutare se stessi, in modo chiaro e appropriato
- giusta valutazione delle proprie competenze, né sopravvalutate né sottovalutate



## Introduzione alle Soft Skills

### Definizione dei termini base

#### INTELLIGENZA EMOTIVA

Capacità di riconoscere, capire e gestire le proprie emozioni, cercando di integrarle con quelle degli altri.

Si tratta di una competenza del 21° secolo caratterizzata da:

- equilibrio relazionale: bilanciare la fiducia in se stessi con l'ascolto degli altri
- interesse reale per la dimensione affettiva dell'altra persona
- prendere le distanze dagli eventi, stabilità

Questa valutazione riguarda solo le componenti dell'intelligenza emotiva relative all'ascolto e al controllo delle proprie emozioni. Non considera quelle legate all'adattare il proprio atteggiamento rispetto a quello degli altri

#### LEADERSHIP

Capacità di ispirare o generare adesione da parte dei tuoi team attraverso la forza delle proprie convinzioni e delle proprie posizioni personali, caratterizzata da:

- immagine di sé di alto profilo e coerente
- dinamismo e slanci positivi nell'espressione di sé
- presa in considerazione del gruppo, atteggiamento da coach



## Introduzione alle Soft Skills

### Definizione dei termini base

### NEGOZIAZIONE

Capacità di identificare i bisogni e gli interessi dei propri interlocutori per mettere in atto i metodi e gli argomenti che permettono di raggiungere l'obiettivo prefissato, costruendo rapporti di fiducia. La negoziazione è caratterizzata da:

- relazionale, in grado di suscitare fiducia negli altri
- capacità di adattare il proprio modus operandi a seconda degli interessi in gioco
- prendere le distanze, con serenità, capire gli interessi reciproci in gioco nella negoziazione.

### NETWORKING

La facilità di un individuo di creare e sviluppare una propria rete professionale. Il Networking è caratterizzato da:

- disinvolta verbale e non verbale
- prendere le distanze rispetto al coinvolgimento affettivo del gruppo
- flessibilità e adattamento agli altri

### VISIONE

Disponibilità a generare nuove idee e a proporre un approccio ambizioso al futuro. La visione è caratterizzata da:

- apertura a nuove idee e curiosità
- sforzo, coinvolgimento a lungo termine in progetti (ambiziosi o complessi)
- fiducia in se stessi e relativa indipendenza rispetto al gruppo.



## Introduzione alle Soft Skills

### Definizione dei termini base

#### **SPIRITO IMPRENDITORIALE**

Capacità di cogliere le opportunità, di anticipare le loro conseguenze e di agire in maniera proattiva per migliorare una situazione esistente.

Si tratta di una competenza del 21° secolo che implica queste caratteristiche:

- immagine positiva di sé e apertura alle idee
- presa di iniziativa e prospettive di azione
- cercare di esercitare un'influenza sugli eventi.

#### **GESTIONE DELLA COMPLESSITÀ**

Capacità di ascoltare il proprio ambiente e gli altri; di cogliere senza difficoltà le sottigliezze e le sfumature della realtà. Questa competenza è caratterizzata da:

- approccio globale alle cose, visione grandangolare
- ascolto e interesse per gli altri
- apertura agli altri e alle idee.

#### **ASSUNZIONE DEL RISCHIO**

Capacità di intraprendere azioni audaci e prendere decisioni, caratterizzata da:

- prendere decisioni innovative nonostante gli ostacoli, il confronto e le resistenze
- agire in ambienti incerti, valutando i parametri a nostra disposizione
- visualizzare e anticipare potenziali problemi senza paralizzare l'azione.



## Introduzione alle Soft Skills

### Definizione dei termini base

#### APERTURA

Capacità di mostrarsi sensibile ai segnali esterni e alle reazioni del proprio entourage, per alimentare le proprie riflessioni o le proprie scelte, caratterizzata da:

- apertura agli altri e alle idee
- sensibilità ai segnali deboli esterni
- fiducia in se stessi

Questa è una competenza utile per: innovare, progettare e coordinare

#### GESTIONE DELLO STRESS

La gestione dello stress definisce la tendenza a non farsi muovere dalle proprie emozioni di fronte a un problema angoscianto.

Si tratta di una competenza del 21° secolo che le seguenti caratteristiche:

- in una situazione di stress percepito, si osservano 3 tipi di strategie:
  - 1.confronto con il compito: analisi delle caratteristiche del problema per costruire soluzioni
  - 2.focus sulle emozioni: tendenza a concentrarsi sulle emozioni (positive o negative) anziché sulle caratteristiche intrinseche del problema
  - 3.ricerca di sostegno: cercare aiuto dagli altri per condividere le proprie emozioni
- una ponderazione delle strategie porta a un risultato efficiente con una valenza più forte per il confronto con il compito



## Introduzione alle Soft Skills

### Definizione dei termini base

#### SINTESI

Capacità di filtrare ed estrarre le informazioni più importanti, è caratterizzata da:

- apprezzare il rigore
- pragmatismo
- senso delle priorità.

#### MEDIAZIONE

Capacità di fare scelte in maniera razionale, soppesando i pro e i contro, è caratterizzata da:

- osservazione, vigilanza relativa
- stabilità emotiva
- rigore

Questa capacità è utile per: analizzare e argomentare

#### COMPRENSIONE DEL CONTESTO

Capacità di integrare gli orientamenti strategici dell'azienda nelle proprie azioni o decisioni quotidiane, è caratterizzata da:

- prendere in considerazione le esigenze globali dell'azienda, che richiedono una visione d'insieme
- andare oltre l'ambito della propria posizione (il proprio perimetro d'azione) e considerare opinioni diverse
- il rapporto con il manager riconosciuto al di là della sua competenza e tecnicità



## Introduzione alle Soft Skills

### Definizione dei termini base

### COINVOLGIMENTO

Tendenza di un individuo a essere in grado di contribuire e andare oltre a ciò che ci si aspetta. Si tratta di una competenza del 21° secolo che implica queste caratteristiche:

- intensità con cui ci si vuole legare e identificare con un'azienda
- combattività, tenacia, persistenza nei progetti a medio e lungo termine nonostante i risultati differiti nel tempo
- attenzione alla scelta dell'azienda, una (moderata) attenzione alle promesse fatte dal datore di lavoro

### ORIENTAMENTO AL RISULTATO

La facilità di tradurre gli obiettivi in piani d'azione operativi e la volontà di cercare risultati concreti il più rapidamente possibile. Questa competenza è caratterizzata da:

- flessibilità di fronte agli imprevisti
- pragmatismo, senso delle realtà
- essere orientati al risultato finale

### STRATEGIE DI APPRENDIMENTO

Capacità di un individuo di prendere le distanze dalle lezioni apprese e gestirle in maniera autonoma, è caratterizzata da:

- capacità riflessiva per il raggiungimento di obiettivi pedagogici
- capacità di adattamento di fronte a elementi nuovi
- capacità di imparare da soli.



## Introduzione alle Soft Skills

### Definizione dei termini base

### ORGANIZZAZIONE

Capacità di essere riconosciuto per il proprio rigore nell'applicazione di metodi o procedure e per la propria precisione nell'organizzare i compiti da svolgere.

Questa competenza è caratterizzata da:

- precisione e metodo
- si riferisce a metodi collaudati
- rispetta la gerarchia e le procedure in atto

### GUIDA

Capacità di dare prova di spirito d'iniziativa nel controllo delle attività di cui si è responsabili, di valutarne i risultati e di proporre azioni correttive, se necessario, è caratterizzata da:

- attenzione al follow-up delle azioni
- presa d'iniziativa per incrementare l'efficacia di un progetto
- assunzione di responsabilità

### EFFICIENZA

Volontà di cercare la soluzione più rapida: quella che fa guadagnare tempo e aumentare l'efficacia, consentendo al contempo di dosare le energie. Competenza caratterizzata da:

- focus su risultati visibili
- cercare di ottimizzare il rapporto sforzo/risultato
- cercare la via più diretta per raggiungere i propri obiettivi



## Introduzione alle Soft Skills

### Definizione dei termini base

#### PROBLEM SOLVING

Capacità di analizzare metodicamente un problema prima di risolverlo, è caratterizzata da:

- analisi dei fattori legati al problema
- visione sistematica del problema
- metodo nella risoluzione

#### ADATTAMENTO

Capacità di adattarsi agevolmente a situazioni o ambienti nuovi e mutevoli, è caratterizzata da:

- saper improvvisare di fronte agli imprevisti
- apertura alle novità
- tolleranza verso l'incertezza

#### CONCETTUALIZZAZIONE

Capacità di gestire concetti, idee o astrazioni, competenza caratterizzata da:

- curiosità intellettuale, manipolazione di idee astratte
- cercare di capire come funzionano le cose
- capacità di concentrarsi solo su un compito



## Introduzione alle Soft Skills

### Definizione dei termini base

### INNOVAZIONE

Disponibilità ad avere uno sguardo nuovo sulle soluzioni da apportare alle problematiche o alle sfide incontrate.

Si tratta di una competenza del 21° secolo che implica queste caratteristiche:

- capacità di avere uno sguardo nuovo sulle varie tematiche
- capacità di creare collegamenti tra soggetti e idee diverse
- iniziativa nel proporre una soluzione, inserita in una realtà.

### DISPOSIZIONE AD APPRENDERE

Disposizione favorevole ad acquisire nuove conoscenze o abilità, in qualsiasi situazione. Si tratta di una competenza del 21° secolo che implica queste caratteristiche:

- credere nel valore dell'apprendimento per tutta la vita
- piacere provato nel momento dell'apprendimento
- intenzione di approfittare delle opportunità di apprendimento.

### ENTUSIASMO

Capacità di adottare un atteggiamento sempre positivo, in qualsiasi contesto, caratterizzata da:

- dinamismo, vivacità, energia nell'azione
- atteggiamento positivo verso gli eventi
- non provare eccessivo timore di fronte alle novità



## Introduzione alle Soft Skills

### Definizione dei termini base

### CACURIOSITÀ TECNOLOGICA

La volontà di un individuo di imparare con l'aiuto di soluzioni digitali.

Si tratta di una competenza che implica queste caratteristiche:

- avere un atteggiamento positivo verso la tecnologia
- non aver paura di imparare tramite mezzi digitali
- essere a proprio agio con i nuovi strumenti di comunicazione a distanza

### TOLLERANZA VERSO L'INCERTEZZA

Capacità di accettare situazioni incerte senza eccessivo timore, senza cercare di controllare ciò che non dipende da se stessi.

Si tratta di una competenza che implica queste caratteristiche:

- adottare un atteggiamento sereno verso il cambiamento
- accettare le situazioni incerte, che non dipendono da se stessi
- non cercare di esercitare un controllo eccessivo sugli eventi

### APERTURA ALLE OPPORTUNITÀ

Capacità di far emergere opportunità professionali che non sono necessariamente basate su progetti o successi passati, è caratterizzata da:

- rappresentazione flessibile delle proprie abilità e del proprio potenziale, buona conoscenza delle proprie competenze
- trasferire le proprie competenze in altri ambienti di lavoro, fare leva sui propri punti di forza, sviluppare nuove competenze
- adattarsi ad ambienti mutevoli



## Introduzione alle Soft Skills

### Definizione dei termini base

#### COMUNICAZIONE

Capacità di parlare in pubblico con facilità e disinvolta nelle interazioni sociali sul lavoro.

Si tratta di una competenza comportamentale caratterizzata da:

- capacità di esprimersi in un colloquio con un'altra persona o di fronte a un gruppo
- adottare un atteggiamento di interesse e di ascolto
- fare attenzione a non intralciare l'interazione esprimendo timori destabilizzanti

#### FIDUCIA NELL'ALTRO

Disposizione a instaurare relazioni forti con gli altri

Ambito associato: schemi di pensiero

Si tratta di una competenza comportamentale del 21° secolo caratterizzata da:

- tendenza a fidarsi a priori dell'altra persona
- atteggiamento bendisposto e condivisione delle informazioni
- capacità di instaurare relazioni sociali, di creare relazioni affidabili e basate sulla correttezza

#### DELEGA

Disponibilità ad affidare senza remore la responsabilità di un incarico o di un'attività a una terza persona.

Si tratta di una competenza interpersonale di natura manageriale caratterizzata da:

- sicurezza personale nella propria attività
- capacità di mollare la presa sui vari argomenti
- assumersi le proprie responsabilità in caso di problema.



## Introduzione alle Soft Skills

### Definizione dei termini base

### DISPONIBILITÀ

Capacità di trovare il tempo per aiutare o sostenere gli altri, è una competenza caratterizzata da:

- interesse per gli altri, ascolto
- senso di comunità
- apprezzare la possibilità di dare una mano.

### EMPATIA

Capacità di ascoltare gli altri con interesse, apertura e comprensione.

È una competenza interpersonale del 21° secolo che implica queste caratteristiche:

- ascolto focalizzato sulle emozioni
- essere interessati a ciò che sta vivendo l'altra persona
- accogliere senza pregiudizi ciò che gli altri hanno da dire

### SPIRITO DI SQUADRA

Volontà di un individuo di condividere le informazioni e arricchire lo scambio con i componenti del team, per raggiungere un obiettivo comune.

Questa competenza è caratterizzata da:

- senso del collettivo
- cercare un compromesso per preservare gli interessi reciproci
- adottare un atteggiamento piuttosto disponibile e bendisposto



## Introduzione alle Soft Skills

### Definizione dei termini base

#### GESTIONE DEL GRUPPO

Capacità di tradurre senza difficoltà gli obiettivi strategici in obiettivi di gruppo e in obiettivi individuali, avendo cura di specificare il ruolo di ogni persona.

Questa è una competenza interpersonale manageriale caratterizzata da:

- dotarsi dei mezzi per chiarire il ruolo e gli obiettivi di ogni persona, inquadrare le cose
- avere una visione piuttosto pragmatica che mira al raggiungimento dei risultati
- considerare il proprio team, ma prendere le distanze necessarie

#### RESPONSABILIZZAZIONE

Capacità di dare spazio di manovra e responsabilità agli altri per favorire la realizzazione personale.

Si tratta di una competenza interpersonale manageriale che implica queste caratteristiche:

- essere sufficientemente stabile in termini di fiducia in se stessi e di gestione delle emozioni
- delegare con cognizione di causa per far crescere gli altri, accordando loro la propria fiducia
- assumersi le proprie responsabilità sul risultato finale

