SCHEDA DEL MODULO

Alla pari al lavoro: con colleghi, manager e assistente IA

Modulo adattivo | ~20 min

Parlarsi alla pari alimenta la fiducia e la capacità di andare avanti insieme – ma non è naturale, soprattutto con due interlocutori chiave: i propri superiori e il proprio assistente di intelligenza artificiale (IA). Questo modulo si basa sulle quattro posizioni esistenziali di Eric Berne per rendere concreto il «win-win», l'unico atteggiamento sano. Mostra che lo si può mantenere con colleghi, clienti e decisori, e che anche l'IA, specchio del nostro atteggiamento, dà il meglio solo alla pari.

OBIETTIVI DIDATTICI

01 Distinguere le quattro posizioni esistenziali di Eric Berne e riconoscere il «più/più» come l'unica relazione sana e duratura.

02 Mantenere questo atteggiamento alla pari con i superiori, esprimendo il disaccordo senza sottomettersi né attaccare.

03 Lavorare alla pari con l'assistente di IA: consapevolezza dei suoi punti di forza e limiti, spirito critico, rispetto reciproco.

04 Radicare ogni giorno il «più/più» con l'autostima, la compassione e la tenuta del proprio atteggiamento di fronte alle posizioni tossiche.

DESTINATARI

Chiunque voglia affrontare la propria direzione, i colleghi e l'IA con tanta sicurezza quanta considerazione.

- **Prerequisito:** nessuno

SVOLGIMENTO DEL MODULO

In autonomia, con un allenamento adattato a chi apprende.

1. **Autovalutazione**: su 9 dimensioni, per fare il punto sulle proprie pratiche e orientare l'allenamento.
2. **Video dell'esperto**: di 10 minuti, con 3 pause di riflessione.
3. **Casi pratici**: 2 primi casi scelti in base all'autovalutazione, poi altri 16 facoltativi. Ogni risposta riceve un riscontro didattico: i suoi effetti e una pista per migliorare.
4. **Impegno con una data**: un'azione da provare, scritta dal partecipante o scelta tra le proposte.
5. **Scheda promemoria da scaricare**: punti chiave, domande, impegno, note personali e checklist.

UN ESEMPIO TRA I CASI PRATICI PROPOSTI

Matilde, manager di Philomène, operatrice in uno stabilimento che produce lattine, annuncia al team che i pezzi di ricambio saranno sistemati nell'altro edificio e chiede un feedback prima di venerdì. Philomène teme lunghi fermi della linea. Due colleghi hanno già ringraziato Matilde. Che cosa dovrebbe fare Philomène?

VALUTAZIONE E COMPLETAMENTO

Soglia: 80%

Il punteggio tiene conto delle risposte ai casi pratici, dell'impegno formulato e, se previsto, delle attività di apprendimento complementari. Per completare il modulo servono un impegno e un punteggio di almeno 80%.

METODI & MODELLI

- Le 4 posizioni esistenziali (+/+, +/-, -/+, -/-) – analisi transazionale di Eric Berne, griglia «OK Corral» di Franklin H. Ernst (1971).
- Applicare il +/+ al rapporto con l'assistente di IA – metodo Afthonios.
- Esprimere un disaccordo senza abbassare la testa né attaccare – ispirato al metodo DESC (Bower & Bower, 1976).
- 3 leve per consolidare il +/+: autostima, compassione, mantenere il proprio atteggiamento – pratica di coaching Afthonios.

FONTI & RIFERIMENTI

- Eric Berne – «Analisi transazionale e psicoterapia» (1961), testo fondativo dell'analisi transazionale
- Thomas A. Harris – «Io sono ok, tu sei ok» (1967), divulgazione delle posizioni esistenziali
- Franklin Ernst – griglia «OK Corral» (1971)
- Eric Berne – «Classification of positions», Transactional Analysis Bulletin (1962): le quattro posizioni esistenziali

Modulo creato da Afthonios.com.

Contenuto verificato il 16 ottobre 2026