

Impariamo a comunicare

Tematica:

Comunicazione

Presentazione:

L'uomo è stato dotato della parola. Parlare non è comunicare. Comunicare significa farsi capire. Tutti parliamo ma non necessariamente comunichiamo e, non sempre, riusciamo ad interagire nel modo giusto con gli altri. Accade sul lavoro, in famiglia, con gli amici e spesso rimaniamo male perché gli altri non ci capiscono. Di chi è la responsabilità? È di chi comunica perché significa che non l'ha fatto nel modo giusto. Il corso "Impariamo a comunicare" serve proprio a questo.

In queste lezioni si apprenderanno strategie comunicative utili per ottenere una comunicazione efficace e gratificante con il conseguente miglioramento dei rapporti relazionali.

Destinatari:

Tutto coloro che vogliono migliorare la comunicazione interpersonale.

Obiettivi didattici:

Padronanza delle abilità comunicative per sapere comunicare nel modo giusto con gli altri. Conoscenza di un tipo di comunicazione – assertiva- che permette di affermare i nostri diritti, le nostre convinzioni nel rispetto dell'altro

Programma:

I pilastri della comunicazione efficace

- I tre livelli della comunicazione
- L'arte dell'ascolto
- Comunicazione assertiva

Metodologia didattica:

Durante le lezioni sono previsti esercizi pratici individuali e di gruppo. Le tecniche comunicative apprese sono attuabili da subito, nella propria comunicazione quotidiana.

Competenze acquisite al termine dell'attività formativa:

Diventare più padroni della nostra comunicazione con il conseguente miglioramento nei rapporti con gli altri, in famiglia, sul lavoro, a scuola