

COMUNICAZIONE EFFICACE

Destinatari

Coloro che vogliono conoscere ed approfondire le tecniche di comunicazione per migliorare sia i rapporti interpersonali sia le relazioni in ambito lavorativo

Durata

Sono previste 2 giornate di lavoro

Obiettivi

- Favorire una maggiore consapevolezza rispetto alle proprie modalità comunicative
- Migliorare le capacità di relazionarsi con gli altri
- Sperimentare uno stile funzionale di comunicazione
- Acquisire una griglia di lettura dei processi comunicativi
- Approfondire tecniche d'ascolto di sé e degli altri

Contenuti

- I principi fondamentali della comunicazione
- Dinamica della comunicazione
- I riconoscimenti: unità di scambio relazionale tra gli individui, utili alla costruzione di una comunicazione funzionale
- La comunicazione funzionale e disfunzionale

La griglia di lettura teorica attraverso la quale verranno proposti i diversi contenuti e gli strumenti di lettura utilizzati fanno riferimento prevalentemente all'Analisi Transazionale.

Metodi e strumenti

- Brevi comunicazioni teoriche
- Esercitazioni pratiche
- Analisi di situazioni comunicative portate dai partecipanti.

Il gruppo sarà composto da un minimo di 8 ad un massimo di 20 persone.