

# Comunicazione Efficace

## Sviluppare relazioni empatiche migliorando la propria comunicazione

### Obiettivi

L'obiettivo del corso è quello di fornire strumenti, competenze e conoscenze necessarie a comunicare in maniera efficace e stabilire con l'altro relazioni costruttive e funzionali al benessere proprio e dell'organizzazione.

### A chi è rivolto

Il corso è rivolto a tutti coloro i quali, per la propria attività professionale, siano interessati a sviluppare le abilità legate alla comunicazione efficace con criteri e metodi innovativi.

### Contenuti

- ✓ Aspetti linguistici di base nella comunicazione.
- ✓ Il potere dell'attenzione e dell'osservazione nella ricerca della comprensione degli altri.
- ✓ Ascolto e comunicazione empatica.
- ✓ Elementi essenziali di Programmazione Neuro Linguistica.
- ✓ Nozioni di base su comunicazione Verbale, Non Verbale, Paraverbale.
- ✓ Fondamenti di Comunicazione empatica.
- ✓ "Leggere" le emozioni altrui: la percezione dei segnali significativi.
- ✓ Caratteristiche di una relazione basata sull'empatia.
- ✓ Le basi e i presupposti di un atteggiamento di "sintonizzazione" sull'altro.
- ✓ Modalità per sviluppare relazioni empatiche.
- ✓ Gestione dello stato interiore.
- ✓ Cenni di Comunicazione Assertiva.

### Metodologia

Partecipazione e interattività saranno stimulate attraverso esercitazioni individuali e di gruppo, role-playing, analisi di casi, ed altre metodologie attive.

**Tempi:** 2 giornate