

È in partenza il corso “Recito dunque Sono. Come avvicinarsi alla Comunicazione Assertiva attraverso la recitazione”, rivolto a quadri che nell’esercizio quotidiano delle proprie mansioni devono gestire gruppi di lavoro.  
È un corso inserito nel catalogo QUADRIFOR, organizzato dall’agenzia FORTER PIEMONTE.

## **Il corso si terrà a Milano nelle date del 19 e 20 Aprile 2018**

Link: [http://www.quadrifor.it/public/PDF/CatalogoCorsi\\_2018.pdf](http://www.quadrifor.it/public/PDF/CatalogoCorsi_2018.pdf)

### **Recito dunque Sono. Come avvicinarsi alla Comunicazione Assertiva attraverso la recitazione**

#### **Obiettivi**

Il corso è basato su di un approccio formativo eminentemente pratico che utilizza il metodo della recitazione di scene tratte da film o serie televisive famose. L’interpretazione di questi speciali role-play consentirà a ciascun partecipante di sperimentare i meccanismi della Comunicazione Assertiva attraverso una messa in gioco dei propri comportamenti abituali confrontati con quelli proposti dai vari esercizi.

L’analisi degli esercizi effettuati in aula e la conseguente riflessione critica sull’efficacia dei comportamenti personali consentirà di risalire poi ai principi della Comunicazione Assertiva e sviluppare così una positiva consapevolezza del proprio potenziale comunicativo, intervenendo sulle proprie aree di debolezza e valorizzando le proprie aree di forza.

Il corso che proponiamo mira al conseguimento dei seguenti obiettivi:

- conoscenza dei principi della Comunicazione Umana
- capacità di riconoscere le proprie emozioni senza il coinvolgimento negativo legato alla presenza di altre persone
- capacità di comunicare emozioni e sentimenti, anche negativi, attraverso molteplici strumenti comunicativi, ovvero il controllo delle reazioni motorie senza che queste siano alterate o inibite dall’ansia e dalla tensione consapevolezza dei propri diritti nel senso di avere rispetto per sé e per gli altri
- disponibilità ad apprezzare se stessi e gli altri attivando la stima di sé e valorizzando gli aspetti positivi dell’esperienza con una visione funzionale e costruttiva del proprio ruolo sociale
- capacità di auto-realizzarsi e di poter decidere sui fini della propria vita

#### **Destinatari**

Il Corso di Comunicazione Assertiva si rivolge a quadri che nell’esercizio quotidiano delle proprie mansioni devono gestire gruppi di lavoro, coordinare collaboratori, affrontare e condurre riunioni e devono avere la certezza di attuare una efficace comunicazione sia con i propri collaboratori che con i propri responsabili referenti.

#### **Principali Contenuti**

- La metacomunicazione: contenuto e relazione
- La comunicazione passiva: come, quando, in che modo
- La comunicazione aggressiva: come, quando, in che modo
- La comunicazione assertiva: come, quando, in che modo
- L’autostima: il giudizio che ogni individuo dà del proprio valore
- Obiettivi chiari: ciò che può aumentare la percentuale di successi ed influire positivamente sull’autostima personale
- Saper ascoltare: cogliere il senso vero della comunicazione altrui
- Saper assumere rischi: affermare le proprie convinzioni e comunicare le proprie aspettative
- Saper dire di no: un arte difficile ma essenziale
- Saper ammettere gli sbagli: sbagliare non è piacevole, ma ammettere di aver commesso un errore è sintomo di forza e di personalità
- Criticare in maniera costruttiva: criticare il comportamento e non la persona
- I - Communication & You Communication



## **Note Docenti:**

### **Enrico Pucci**

Coordinatore progetti politiche del lavoro, e docente presso il FOR.TER Piemonte. Psicologo – psicoterapeuta, libero professionista.

### **Carlo Timpanaro**

Dottore in lettere, Counsellor Professionista e formatore, svolge attività di consulenza individuale, di coppia e familiare presso l'Alfred Adler Institute di Torino. Docente di formazione aziendale sui temi della Comunicazione Interpersonale, del Public Speaking, del Team Building. Docente di formazione in Counselling presso la Scuola di Counselling Professionale ad Orientamento Adleriano. Conduttore di gruppi di counselling. Già regista teatrale e di fiction televisive di lunga serialità.

