

N. CORSO	22
TITOLO	AFFERMARE SE STESSI ASCOLTANDO GLI ALTRI Laboratorio di assertività
AREA	CORSI APERTI A TUTTI
DEDICATO A COLORO CHE	Hanno partecipato al corso sull'assertività "Imparare a dire no per rafforzare i tuoi sì" o altro corso che abbia permesso di acquisire le basi teoriche per lo stile assertivo
CONTENUTI	<p>Assertività significa saper riconoscere le proprie e le altrui emozioni considerandone la loro ricchezza, saper conoscere e apprezzare se stessi e gli altri, saper comunicare in modo efficace con serenità e sicurezza, affermando le proprie idee ed ascoltando profondamente quelle degli altri. Il laboratorio permette di acquisire maggiore consapevolezza sui propri stili comportamentali e le conseguenze degli stessi in termini personali e relazionali, ma soprattutto consente di apprendere strategie e tecniche assertive per affrontare specifiche situazioni relazionali attraverso la continua sperimentazione delle stesse e la successiva rielaborazione in aula.</p> <p>Il corso permette ai partecipanti di:</p> <ul style="list-style-type: none">- approfondire le caratteristiche dello stile di comportamento assertivo;- apprendere attraverso sperimentazioni successive lo stile di comportamento assertivo al fine di adottare stili comunicativi efficaci in situazioni quotidiane riconoscendone i vantaggi;- identificare i propri stili di comportamento prevalente e valutarne le conseguenze in situazione relazionale.
CALENDARIO	8 giugno 2019 ore 9.00-13.00 e 14.00-18.00
DOCENTE	<i>Manuela Montessori</i> : psicologa del lavoro, psicoterapeuta, docente per lo sviluppo di abilità comportamentali e counselor per la crescita personale.
INDICAZIONI TECNICHE	L'iscrizione al corso deve essere fatta attraverso il portale brescia.mycsv.it Il corso verrà attivato con un minimo di 10 ed un massimo di 15 iscritti. La partecipazione richiede un contributo di € 160,00 (iva compresa)
TERMINE PER LE ISCRIZIONI	Giovedì 30 maggio 2019
SEDE	Il laboratorio si svolgerà presso la sala formazione "Ciapetti" del Csv, in via Salgari n. 43/b a Brescia.

Tutti i corsi gratuiti sono opportunità offerte ai volontari.

Chi si iscrive ad un corso e non si presenta, perderà la possibilità di partecipare ad altre iniziative formative presenti nel programma.

SEDE I corsi si svolgono presso la sede del Csv, in via E. Salgari n. 43/b a Brescia