

COMUNICAZIONE EFFICACE

Elementi base



**Vuoi migliorare la tua comunicazione con i clienti e la tua performance?
*Vuoi imparare a gestire meglio le tue emozioni e avere una comunicazione
più assertiva?***

***Vuoi acquisire nuove risorse e strumenti per vivere meglio le tue relazioni
personali e professionali?***

CONTENUTI

Il corso si propone come obiettivo di fornire le competenze base per comprendere le caratteristiche di una comunicazione efficace e le barriere che possono ostacolarla, utilizzare in modo funzionale i canali della comunicazione verbale, paraverbale e non verbale, prendere consapevolezza del proprio stile comunicativo relazionale, sviluppare la capacità di ascolto. Vuole offrire conoscenze e strumenti volti a migliorare la nostra comunicazione in contesto lavorativo e personale al fine di essere efficaci e performanti.

BENEFICI

- **Migliorare la comunicazione, rendendola efficace**
- **Migliorare le relazioni personali e professionali acquisendo maggiore flessibilità mentale**
- **Migliorare la performance e la nostra autoefficacia**
- **Acquisire empatia e capacità di ascolto nei confronti dell'altro e di sé stessi**
- **Migliorare la consapevolezza su chi siamo e su come ragioniamo e ci comportiamo**
- **Acquisire maggiore controllo degli obiettivi che si intendono raggiungere e modalità per conseguirli**

GLI ARGOMENTI

- **Gli assiomi della comunicazione**
- **Gli elementi della comunicazione**
- **Le barriere della comunicazione**
- **Il Feedback**
- **Il linguaggio verbale, paraverbale, non verbale**
- **Il potere delle parole, i colori della voce, la prossemica**
- **Gli stili della comunicazione: passivo, aggressivo, assertivo**
- **L'ascolto attivo**
- **La relazione empatica**

Il corso prevede molte esercitazioni pratiche.