

## **Comunicazione efficace**

**PERCORSI: AGGIORNAMENTO IVASS**

**Area Tematica Ivass: AMMINISTRATIVA E GESTIONALE**

**Durata: 1 ora**

**Obiettivi:**

L'obiettivo del corso **Comunicazione efficace** è fornire ai partecipanti nozioni, spunti di riflessione e suggerimenti per rendere più efficace la propria comunicazione interpersonale.

E' destinato a tutti coloro che intendono acquisire maggiore consapevolezza sulle modalità comunicative generali e personali, identificando i propri comportamenti predominanti. A ciò si aggiungono spunti di riflessione ed esercizi volti ad affinare il controllo sulla propria espressione verbale e non verbale.

**Contenuti:**

### **Modulo 1 – Introduzione alla Comunicazione**

- Video: Comunicare
- Oltre il bla bla bla
- Noi e la comunicazione
- Video: Il modello di trasmissione
- Da chi a chi?
- Cosa e come?
- Ma in che senso?
- Il rumore
- Ma sarà solo trasmissione?
- Circolarità della comunicazione

### **Modulo 2 – Comunicazione, ascolto, relazione**

- Ciò che dico... come lo dico
- Le 7 C della comunicazione
- Sento quindi esprimo: l'autenticità della comunicazione
- Quello che ti fa emozionare
- Nei panni degli altri
- L'altro lato della comunicazione
- La regola del 70/30
- Le tecniche di ascolto attivo
- L'ascoltatore efficace

- Cosa ne pensi? Il feedback
- La tecnica del sandwich
- Feedback “nutrienti”
- La mia responsabilità
- Provo a dare un feedback

### **Modulo 3 – La comunicazione non verbale**

- Noi siamo il nostro corpo
- Video lezione: Il corpo “parla”
- Video lezione: Come stare seduti
- Video lezione: La posizione della testa
- Video lezione: Bocca e occhi
- Video lezione: Braccia e postura
- Video lezione: Le mani
- Video lezione: Mani e viso
- Il corpo strumento di ascolto
- Respira!
- L’emozione ha voce
- Shhhh...silenzio

### **Modulo 4 – Comunicare... con “stile”**

- Gli stili comunicativi
- Non mi sento molto OK...
- Non OK ci sarai tu!
- Tutti OK
- Indovina chi
- Stili “non verbali” a confronto
- I “diritti affermativi”
- Parole pericolose
- Nessuno mi può giudicare
- Video lezione: Il cambiamento inizia da sé
- Libera il bambino che è in te

**Certificazione/Attestato:** Report finali e Attestato di fruizione conformi alle disposizioni del Regolamento IVASS

**Prodotto da:** Piazza Copernico

**Contenuti a cura di:** Piazza Copernico

**Tecnologia di sviluppo:** HTML5

**Requisiti Tecnici minimi:**

**Acrobat Reader**

I documenti PDF sono esportati per la versione 5 ma sono compatibili con le versioni successive di Acrobat Reader rilasciate fino alla data di aggiornamento di questo file.

**Browser**

- Internet Explorer 10
- Internet Explorer 11
- Mozilla Firefox
- Google Chrome

**JavaScript abilitato**

**Blocco popup disabilitato**

**Risoluzione video minima**

I corsi sono ottimizzati per una visualizzazione a 1024x768 su pc e tablet da almeno 7 pollici.

**Altoparlanti o cuffie** (in caso di prodotti multimediali)

**Modalità di tracciamento dati** - SCORM 1.2

CODICE CORSO: 0004-16