



Area 3 - Scientifica

Argomento: Comunicazione efficace

Codice del corso
1303

Titolo del corso
Il potere delle parole.

Bimestre: Primo

Docente: Federica Silingardi

Nr. lezioni: 8

Giorni settimanali di lezione: Mercoledì

Luoghi delle lezioni: CEAS (Via S. Antonio 4/A - 41043 Formigine)

Inizio lezioni: Mercoledì 14/10/2020, orario 19:00-20:30

Contributo: 40 Euro

Nr. minimo partecipanti: 8

Nr. massimo partecipanti: 20

Comunicare bene non significa solo "dire bene le cose", ma "cambiare le cose", cioè raggiungere risultati. Le capacità di comunicazione vanno dunque integrate con tecniche di problem solving e con la conoscenza approfondita di sé e degli altri per comprenderne meglio i comportamenti, le scelte e gli obiettivi. Il corso propone tecniche e strumenti pratici e applicabili quotidianamente per raggiungere i risultati attesi rispettando e migliorando le relazioni interpersonali.

1 - Comunicazione interpersonale:

- Il valore della comunicazione interpersonale all'epoca del 3.0.
- Le implicazioni comunicative di due generazioni a confronto: vecchie guardie e nativi digitali.

- Conoscere gli ostacoli della comunicazione e le leve che ci aiutano a superarli.

- Le parole, la voce e il corpo: 3 leve da potenziare per raggiungere i nostri risultati.

- Informare, creare vicinanza e spingere all'azione.

- Informare: i principi che favoriscono attenzione e apprendimento.

- Creare vicinanza: quando l'arte persuasiva si distingue dalla manipolazione.

- Senza finalità la comunicazione è fallace: come comportarsi?

2 - Trasmettere e ricevere informazioni e costruire relazioni:

- Comunicare per costruire risultati.

- Farsi sentire, farsi ascoltare, farsi capire.

- Tecniche per domandare e ascoltare in maniera attiva.

- Costruire obiettivi comuni e suscitare condivisione.

- Gestire obiezioni e dubbi.

- Costruire autorevolezza attraverso l'assertività.

- Credibilità e fiducia: gli asset della comunicazione di lungo termine.

- Trasmettere energia e motivare gli altri.

- Stili di comunicazione.

- Conoscere il proprio stile di comunicazione (assertivo, persuasivo, collaborativo, emotivo, passivo, direttivo, logico, negoziatore).

- Identificare i punti efficaci di ogni stile per saperli utilizzare opportunamente.

- Riconoscere lo stile comunicativo degli altri e adeguare il proprio approccio.

3 - Comunicare messaggi scomodi:

- Come preparare un discorso delicato.

- Come affrontare una situazione critica imprevista ed improvvisa.

- Gestire le proprie emozioni e quelle dei propri interlocutori.

- Le parole da evitare e le frasi per mettere acqua sul fuoco.



4 - L'arte della comunicazione influenzante:

- Quando la comunicazione serve per gestire l'urgenza.
- Quando la comunicazione accelera la fiducia e la produttività.
- Quando la motivazione accelera la fiducia e la produttività.
- La finestra di Johari.

5 - Empatia:

- Caratteristiche dell'empatia.
- Come esprimere e alimentare l'empatia in noi e negli altri.
- L'empatia in ambito lavorativo.
- Quali vantaggi da un comportamento empatico.

6 - La comunicazione efficace:

- La comunicazione verbale.
- La comunicazione non verbale.
- Gli strumenti della comunicazione efficace.
- L'ascolto attivo: caratteristiche e applicazioni.

7 - La gestione dei conflitti:

- La realtà emozionale del gruppo.
- Realtà e visione ideale: creare un futuro possibile.
- Realizzare un cambiamento duraturo.
- Modalità di discussione in gruppo e gestione delle relazioni.
- Indicatori di benessere e malessere nel gruppo e nel singolo membro.

8 - La comunicazione e l'ascolto:

- Livelli di comunicazione e impatto della comunicazione non verbale.
- Comprendere noi stessi quando entriamo in comunicazione con l'altro.
- Analizzare il proprio e l'altrui stile comunicativo.
- Definire obiettivi personali di miglioramento.
- Aumentare le proprie capacità di attenzione e ascolto.

Calendario delle lezioni (soggetto a possibili modifiche in base ad eventuale indisponibilità delle aule o del docente):

Mercoledì 14/10/2020, orario 19:00-20:30, presso CEAS

Mercoledì 21/10/2020, orario 19:00-20:30, presso CEAS

Mercoledì 28/10/2020, orario 19:00-20:30, presso CEAS

Mercoledì 04/11/2020, orario 19:00-20:30, presso CEAS

Mercoledì 11/11/2020, orario 19:00-20:30, presso CEAS

Mercoledì 18/11/2020, orario 19:00-20:30, presso CEAS

Mercoledì 25/11/2020, orario 19:00-20:30, presso CEAS

Mercoledì 02/12/2020, orario 19:00-20:30, presso CEAS