

## FORMAZIONE SINCRONA – SCHEDA CORSO

### LA COMUNICAZIONE EFFICACE

#### Destinatari

Tutti coloro che desiderano approfondire i comportamenti da adottare per una comunicazione efficace.

#### Durata

2 giorni

#### Obiettivi

Utilizzare con semplicità gli strumenti comunicativi più evoluti per produrre rapidamente cambiamenti nella vita personale e professionale.

#### Contenuti

- I principi della comunicazione.
- Le tipologie di comunicazione: verbale, non verbale, paraverbale.
- L' assertività, aggressività, passività, collaborazione.
- Gli stili comunicativi.
- La gestione dei conflitti.
- L'ascolto attivo.
- Le abilità personali e movimenti espressivi.
- La comunicazione efficace come strumento per produrre il cambiamento