

# GESTIRE I CONFLITTI: LA COMUNICAZIONE ASSERTIVA

*La gestione dei conflitti nel contesto lavorativo è comune e fonte di stress, malessere e burnout, con ricadute personali e sulla qualità del servizio offerto ai pazienti.*

*La comunicazione assertiva è un modo utile ed efficace di gestire le relazioni e le comunicazioni "spinose" anche in presenza di rabbia, paura o altre emozioni difficili.*

*Il corso presenterà cos'è la comunicazione assertiva e insegnerà ai partecipanti delle tecniche comunicative per fare delle critiche costruttive e per riconoscere e difendersi da quelle manipolative, migliorando complessivamente le proprie capacità comunicative e relazionali.*

## METODOLOGIA

Il corso prevede l'impiego di una didattica frontale e di una didattica interattiva con la sperimentazione di tecniche di comunicazione assertiva.

## OBIETTIVI FORMATIVI

- Conoscere gli stili comunicativi, relazionali e i propri diritti assertivi
- Apprendere tecniche di comunicazione efficace e sapersi difendere dalle critiche
- Imparare ad ascoltarsi e a riconoscere i propri stati emotivi

## ADESIONI E ISCRIZIONI

Il corso è aperto a un numero massimo di 25 partecipanti. Il costo dell'iscrizione è di 170 euro, compresa la quota associativa di 5 euro. Per studenti e specializzandi è di 130 euro.

Per iscriversi, inviare la scheda di iscrizione e la ricevuta del bonifico bancario tramite email a [info@corsiecmbenessere.it](mailto:info@corsiecmbenessere.it)

Il bonifico va intestato a:

Associazione Centro di Psicologia e  
Psicoterapia Funzionale - Istituto SIF  
UNICREDIT BANCA  
Filiale di Padova Via S.Fermo  
C/C 000100438593

IBAN IT2250200812101000100438593

**Nella causale del bonifico, riportare "ASSERTIVITA" più il COGNOME del partecipante.**

## DOCENTI

**Luca Rizzi** Psicologo psicoterapeuta Funzionale  
**Debora Trabucchi** Psicologa psicoterapeuta Funzionale

## PROGRAMMA

29 MAGGIO

9.30 -11.00 *Cos'è la comunicazione assertiva?*

11.00 - 11.15 – Pausa

11.15 – 13.00 *Riconoscere gli stili comunicativi*

13.00 – 14.00 Pausa Pranzo

14.00 – 16.00 *I diritti assertivi: scoprire i nostri valori relazionali*

16.00 -16.15 Pausa

16.15 – 18.00 *Saper comunicare ciò che per noi è importante*

30 MAGGIO

9.30 -11.00 *Le relazioni difficili: saper essere gentili con se stessi*

11.00 - 11.15 – Pausa

11.15 – 13.00 *Il Sé critico e il Sé compassionevole: dal giudizio alla gentilezza amorevole*

13.00 – 14.00 Pausa Pranzo

14.00 – 16.00 *Riconoscere le critiche manipolative e trasformarle in costruttive*

16.00 -16.15 Pausa

16.15 – 18.00 *Proteggersi dalle critiche aggressive e manipolative*

# SCHEDA DI ISCRIZIONE

Assertività

\*Nome.....

\*Cognome.....

\*Data di nascita.....

\*Luogo di nascita.....

\*Professione.....

\*Indirizzo di fatturazione:

Intestatario

.....

via.....n.....

CAP.....Città.....

.....

Provincia.....

\*Quota versata: 170 € 130 € ..... €

\*P.iva.....

\*C.F.....

E-mail(cui sarà spedita la fattura e l'attestato ECM)

.....

Cell(per eventuali comunicazioni urgenti)

.....

Richiedo i crediti ECM: SI NO

Sono interessato a ricevere informazioni sulle attività del Centro: SI NO

Autorizzo al trattamento dei miei dati, Ai sensi del **D.Lgs. n.196/2003 e dell'art. 13 GDPR (Regolamento UE 2016/679)** ai fini dell'iscrizione al suddetto corso.

Luogo, data .....

Firma.....

Associazione Centro di Psicologia e Psicoterapia Funzionale-Istituto S.I.F. di Padova

IN COLLABORAZIONE CON S.I.F.  
"SOCIETÀ ITALIANA DI  
PSICOTERAPIA FUNZIONALE"

PER INFORMAZIONI  
CONTATTARE 3292169795

[info@corsiecmbenessere.it](mailto:info@corsiecmbenessere.it)

[www.corsiecmbenessere.it](http://www.corsiecmbenessere.it)

IL CORSO HA OTTENUTO 18.2 **CREDITI ECM**

PER ASSISTENTE SANITARIO, DIETISTA, EDUCATORE PROFESSIONALE, FISIOTERAPISTA, IGIENISTA DENTALE, INFERMIERE, INFERMIERE PEDIATRICO, LOGOPEDISTA, MEDICO CHIRURGO, ODONTOIATRA, OTTOMETRISTA, OSTETRICA, PODOLOGO, PSICOLOGO, TECNICO AUDIOMETRISTA, TECNICO AUDIOPROTESISTA, TECNICO DELLA FISIOPATOLOGIA CARDIOCIRCOLATORIA E PERFUSIONE CARDIOVASCOLARE, TECNICO DELLA PREVENZIONE NELL'AMBIENTE E NEI LUOGHI DI LAVORO, TECNICO DELLA RIABILITAZIONE PSICHIATRICA, TECNICO DI NEUROFISIOPATOLOGIA, TECNICO ORTOPEDICO, TECNICO DI RADIOLOGIA MEDICA, TECNICO SANITARIO DI LABORATORIO BIOMEDICO, TERAPISTA DELLA NEURO E PSICOMOTRICITÀ DELL'ETÀ EVOLUTIVA, TERAPISTA OCCUPAZIONALE, VETERINARIO



Associazione

CENTRO DI PSICOLOGIA E PSICOTERAPIA FUNZIONALE

Istituto S.I.F. di Padova


## GESTIRE I CONFLITTI: LA COMUNICAZIONE ASSERTIVA




**VENERDÌ 29 E SABATO 30 MAGGIO 2020**

dalle 9.30 alle 18.00

### INFORMAZIONI

 Data: 29-30 maggio 2020

 Presso: online attraverso piattaforma zoom

 Telefono: 329.2169795

 Email: [info@corsiecmbenessere.it](mailto:info@corsiecmbenessere.it)