

**ASSERTIVITA', MOTIVAZIONE E AUTOSTIMA:  
SUPPORTI ESSENZIALI NELLE  
PROFESSIONI SANITARIE**

**ASSISI (PG) 23/24 MARZO 2024**

**PROGRAMMA**

**Prima Giornata**

**Ore 09.00 – Il Processo comunicativo**

- Gli assiomi e i livelli di comunicazione
- Dinamiche ed ostacoli della comunicazione interpersonale
- L'ascolto attivo
- Stili di comunicazione

**Ore 10.00 – L'Assertività**

- Cosa si intende per assertività, definizioni e ambiti di applicazione
- Gli stili comunicativi (assertivo, passivo e aggressivo) e i vantaggi di una comunicazione assertiva

**Ore 11.00 – Pausa caffè**

**Ore 11.30 – Le Componenti dello stile assertivo**

- La stima di sé
- Sviluppare fiducia in sé stessi
- Saper dire di no
- Assumersi i rischi
- Sviluppare fiducia in sé stessi
- Riconoscere il proprio stile di Comunicazione
- Discriminare gli stili comportamentali degli interlocutori
- Gestire le proprie risposte emozionali
- Impiegare l'ascolto attivo
- Apprendere le strategie di mediazione

**Ore 13.00 – Pausa**

**Ore 14.30 – Gestire le critiche:**

- Esprimere critiche costruttive
- Replicare a critiche non fondate
- La gestione dei conflitti
- Definire chiari obiettivi
- Reagire ai comportamenti non assertivi
- Trattare gli atteggiamenti aggressivi

- Valorizzare gli altri
- Gestire lo stress
- Migliorare l'umore
- Diritti assertivi

**Ore 17.00 – La Motivazione**

- La scala di Maslow
- Teorie sulla motivazione per una maggiore consapevolezza di sé

**Ore 18.00 – Esercitazioni pratiche**

**Ore 18.30 – Chiusura Lavori 1° Giornata**

**Seconda Giornata**

**Ore 09.00 – L'Autostima**

- Cos'è l'autostima
- Come nasce e come si struttura l'autostima
- Differenza tra autostima ed Autoefficacia
- L'importanza di avere una buona autostima

**Ore 10.00 – Esercitazioni pratiche**

**Ore 11.00 – Pausa caffè**

**Ore 11.30 – L'autostima nelle varie sfere della vita:**

- Personale
- Nei rapporti interpersonali
- Nella vita professionale

**Ore 12.00 – L'intelligenza emotiva e l'abilità di stare davvero in relazione con l'altro**

**Ore 12.30 – Esercitazioni pratiche**

**Ore 13.30 – Verifica dell'apprendimento**

**Ore 14.00 – Chiusura lavori**

**Docente del Corso:**

Dott.ssa DANIELA SPADOLINI

Psicologa- Psicoterapeuta

**ABSTRACT**

Assertività deriva dal latino " ad serere", condurre a sé ed è una modalità di comunicare che nasce dall'armonia tra abilità, emozioni e razionalità senza necessariamente modificare la propria personalità.

Per avere una buona relazione non possiamo essere solo empatici, felici e resilienti, ma necessariamente dobbiamo avere anche una buona dose di "Assertività": una competenza da allenare e da nutrire con una forte autostima, il collante del nostro sentirci bene, sicuri e del porre in essere relazioni efficaci.

Essere assertivi ci aiuta nel comunicare con il prossimo in maniera chiara ed efficace, ci facilita le relazioni interpersonali ed afferma la nostra leadership.

Oggi più che mai è diventato indispensabile saper motivare se stessi e le persone con le quali entriamo professionalmente in contatto.

L'obiettivo del Corso è di riuscire a far comprendere i meccanismi motivazionali a cui attingere per aiutare se stessi e gli altri ad esprimere al meglio il proprio potenziale, saper riconoscere le barriere esistenti e contribuire allo sviluppo dei fattori di successo chiave: autostima, motivazione ed assertività.

Con stimolanti esercitazioni pratiche ci concentreremo su autostima e assertività, per sviluppare la consapevolezza del proprio valore e la capacità di trasmetterlo agli altri.

Scopriremo come affermarci con determinazione, risolutezza e più sicurezza in un contesto professionale e sociale.

**ASSERTIVITA', MOTIVAZIONE E AUTOSTIMA:  
SUPPORTI ESSENZIALI NELLE  
PROFESSIONI SANITARIE**

**ASSISI (PG) 23/24 MARZO 2024**

Modulo d'Iscrizione

Compilare in stampatello

Nome \_\_\_\_\_

Cognome \_\_\_\_\_

Nato a \_\_\_\_\_

Il \_\_\_\_\_

Indirizzo \_\_\_\_\_

Città \_\_\_\_\_

Prov \_\_\_\_\_ CAP \_\_\_\_\_

Tel \_\_\_\_\_

Professione \_\_\_\_\_

Specializzazione \_\_\_\_\_

C. F. \_\_\_\_\_

P.IVA \_\_\_\_\_

E-mail \_\_\_\_\_

Pec \_\_\_\_\_

Dipendente

Libero Professionista

**Segreteria organizzativa:  
FORMAZIONEVENTI**

**Tel. 085.8428796 – 393.9067727**

**Whatsapp 393.9067727**

**E.mail: [segreteria@formazioneventi.com](mailto:segreteria@formazioneventi.com)**

**Web [www.formazioneventi.com](http://www.formazioneventi.com)**



**Crediti ECM assegnati n. 25**

Il Corso, a numero chiuso, è accreditato  
per Tutte le Professioni Sanitarie

e prevede il numero max di n. 25 partecipanti.

La quota d'iscrizione è di € 292,00  
e comprende:

Kit congressuale, pausa caffè, pausa pranzo,  
attestato crediti ECM,  
dispensa elaborata per il Corso.

La quota deve essere versata con bonifico e  
comunicata con e.mail o whatsapp  
alla segreteria organizzativa.

Bonifico a favore di FORMAZIONEVENTI

IBAN: IT50H010051540000000003440

**SCADENZA ISCRIZIONI: 04 MARZO 2024**

Per info e adesione contattare la segreteria  
organizzativa



**EDUCAZIONE CONTINUA IN MEDICINA**

**ASSERTIVITA', MOTIVAZIONE E  
AUTOSTIMA: SUPPORTI ESSENZIALI  
NELLE PROFESSIONI SANITARIE**

**ASSISI (PG)**

**23/24 MARZO 2024**



**DOCENTE DEL CORSO**

**DOTT.SSA DANIELA SPADOLINI**

*Psicologa- Psicoterapeuta*

**IL CORSO SI SVOLGE PRESSO**

**SALA BOUTIQUE  
TH ASSISI - HOTEL CENACOLO  
VIALE PATRONO D'ITALIA N.70  
SANTA MARIA DEGLI ANGELI  
ASSISI (PG)**