

**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

Web 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)**