



“COMUNICARE BENE...PER VIVERE MEGLIO”

“Comunicare bene...per vivere meglio” è uno dei corsi organizzati da Thnet nell’ambito del progetto di crescita personale e professionale, dedicato a tutti i Partners della rete THnet.

Programma:

H. 16.30 Inizio workshop a cura della Dott.ssa Luisella URIETTI/Luccica srlss

- ✓ Comunicazione = parola chiave del nostro tempo e uno dei temi più controversi;
- ✓ comunicazione verbale e non verbale;
- ✓ aspetti critici strettamente connessi alla comunicazione inerenti alla figura dell'Amministratore (test individuale da NON consegnare, ad esclusivo utilizzo personale);
- ✓ come migliorare la propria condizione psicofisica (meglio gestire le emozioni) e, di conseguenza, rendere più efficace la comunicazione;
- ✓ lo stress causa/effetto della comunicazione;
- ✓ strumenti per gestire lo stress e migliorare la comunicazione (esercizi di: respirazione – riduzione della contrazione muscolare aumento dell'ossigenazione cerebrale ecc ...);
- ✓ VIDEO inerenti all'argomento trattato.

H. 18.00 Aperitivo

H. 19.30 Conclusione evento.