
COMUNICAZIONE ASSERTIVA

Ossia: Dì la tua mantenendo buoni rapporti

Mercoledì, 1 ottobre 2014
dalle 9.00 alle 17.00
presso la sede del CIS di Valmadrera (Lecco)

L'Assertività è la capacità di esprimere in modo chiaro ed efficace le proprie emozioni e opinioni mantenendo buone relazioni con gli altri. La persona assertiva si esprime in modo efficace, autentico, sa ascoltare e chiedere chiarimenti senza essere né passivo né aggressivo, rispettando se stesso e l'interlocutore.

Sviluppare uno stile di comunicazione assertiva permette inoltre di:

- riconoscere e affermare il proprio valore come persona
- migliorare il proprio stile di comunicazione nei rapporti interpersonali sia in ambito professionale che privato
- diventare più efficaci e autorevoli
- aumentare il proprio livello di autostima
- ridurre lo stress

Questo corso esperienziale permetterà ai partecipanti di affermarsi ancor di più attraverso l'apprendimento teorico e pratico di varie tecniche di assertività.

Contenuti

- Definire l'assertività: quello che è e che non è
- Individuare il proprio stile di comunicazione predominante
- Usare un linguaggio non-verbale adeguato
- Esprimere con autenticità la propria "verità interiore" stimolando gli altri a fare altrettanto
- Evitare la trappola delle inferenze
- Chiedere assertivamente e dire di no con eleganza
- Gestire in maniera costruttiva e fiduciosa disaccordi, situazioni conflittuali e differenze di opinioni

Docente

Valerie Ryder, Executive Coach & Trainer

"I dati personali dei destinatari del presente programma sono stati comunicati in passato, anche verbalmente, dagli interessati al CIS Italia Centro Studi D'Impresa S.r.l.. Tali dati, come pure quelli che in futuro verranno forniti al Cis o reperiti dalle fonti sopra menzionate, saranno trattati con strumenti informatici, nel pieno rispetto delle norme del D.Lg.vo 30 giugno 2003 n. 196. Il trattamento dei dati da parte del Cis è quello di fornire agli interessati notizie in merito alla attività svolta e compresa nell'oggetto sociale. I dati trattati non saranno disponibili a terzi.

L'interessato potrà esercitare i diritti di cui all'art. 7 ss. del citato Decreto, previa verifica di compatibilità con la normativa eventualmente riguardante la singola iniziativa nell'ambito dei quali i dati sono stati raccolti e conservati dal Cis. Titolare dei dati forniti è il Cis Centro Studi di Impresa. Il presente messaggio è volto a promuovere, in modo diretto e indiretto, i servizi offerti da Cis Centro Studi d'Impresa e costituisce comunicazione commerciale ai sensi del Decreto Legislativo 9 aprile 2003, n. 70. In ogni momento il soggetto non più interessato al ricevimento delle comunicazioni concernenti l'attività del Cis potrà darne comunicazione, preferibilmente, per iscritto alla segreteria organizzativa del Cis".



**1 realtà, 4 idee
di partnership**

Informazioni e iscrizioni contattando la sede operativa:

CIS Italia – centro studi impresa
via alla Rocca, 20 – Valmadrera (Lc) tel. 0039/0341/583222 r.a. – fax 0039/0341/580838
e-mail: ciscorno@ciscorno.it – **sito web: www.ciscorno.it**

Studio Corno – commercialisti, legali e consulenti internazionali
via Mameli 11 – Lissone (Mi) tel. 0039/039/2456792 – fax 0039/039-483819 - 2458018
e-mail: mailbox@studiocorno.it - sito web: www.studiocorno.it