

Evento formativo riconosciuto da AssoCounseling valido ai fini dell'aggiornamento permanente. Scheda sintetica:

Titolo dell'evento	Life skills_Prendersi cura delle relazioni. I fondamentali: 3 competenze relazionali e professionali. Workshop intensivo	
Tipologia	Workshop	
Ente erogante	Milan Insight School _MIS	
Monte ore totale	7	
Modalità di erogazione	Mista (blended)	
Sede di svolgimento	ISSR MILANO. Via Cavalieri del Sacro Sepolcro 3, Milano STUDIO MIS. Viale Lunigiana 40, Milano	
Piattaforma FAD	Webex	
Date e orari di svolgimento	Data: 18/06/2023 Orario: dalle 9.30 alle 13 e dalle 14 alle 17.30	
Costo	€ 278,69 + IVA	
Responsabile didattico	Barbara Marchica	
Formatore	Barbara Marchica, Trainer Counselor iscritta ad AssoCounseling	
Metodologia didattica	Mista	
Documentazione rilasciata	Attestato contenente le ore e il programma svolto con evidenziati i crediti assegnati e gli estremi del riconoscimento di AssoCounseling	
Contatti	Email info@barbaramarchica.it	
	Tel. 353/4129267	
	Web www.barbaramarchica.it	

Programma	Il workshop intensivo «Life Skills_Prendersi Cura delle Relazioni» si concentra su 3 competenze relazionali fondamentali: 1. ASCOLTARE IN MODO ATTIVO E CONSAPEVOLE 2. ABITARE LE EMOZIONI DI PIACERE E DI DISPIACERE 3. COMUNICARE IN MODO EFFICACE E COSTRUTTIVO Contenuti: - La dinamica della consapevolezza di sé tra conoscere se stessi e accettare se stessi - Il processo conoscitivo offerto dallo Speed_Method - Potenziare la skill dell'ascolto attivo: ascoltare se stessi per ascoltare gli altri - Le 3 risorse fondamentali per ascoltare in modo autentico e costruttivo - La consapevolezza della propria dimensione bio-psico-spirituale - Potenziare la skill dell'intelligenza emotiva: riconoscere in sé e negli altri le emozioni per abitarle in modo consapevole - Come viver le emozioni intense (rabbia, tristezza, delusione, inquietudine, nervosismo...) - La differenza tra comunicazione ostile e comunicazione non-ostile - Nutrire il pensiero. Le recenti acquisizioni apportate dalle neuroscienze - L'empatia: una risorsa relazionale vincente - Potenziare la skill della comunicazione efficace e costruttiva
Varie	L'iscrizione comprende : 1 giornata di alta formazione, 1 video di preparazione, 15 minuti di check post workshop per monitorare il percorso, sintesi dei contenuti, kit di benvenuto, attestato di formazione, accesso alla scuola di alta formazione (previo nulla osta del direttore didattico).
Crediti assegnati da AssoCounseling	7