



## Corso di **COMUNICAZIONE AUTENTICA E GESTIONE DELLO STRESS DA LAVORO**

5 euro all'ora

**Si rivolge ad operatori socio-sanitari, educatori, insegnanti, genitori, operatori della sicurezza, operatori della comunicazione, a chi svolge professioni a contatto con il pubblico e con il disagio, a tutti coloro che intendono migliorare la relazione con se stessi e gli altri**

### **ABILITA' E COMPETENZE AL TERMINE DEL PERCORSO FORMATIVO**

- Apprendere i principali strumenti di gestione del disagio proprio ed altrui
- Saper ascoltare attivamente e farsi capire in modo autentico ed efficace
- Gestire le situazioni conflittuali e le escalation
- Conoscere e gestire le principali dinamiche caratteriali attraverso l'Enneagramma (secondo il modello di Claudio Naranjo)
- Attivare le risorse in un gruppo
- Prevenire e gestire lo stress da lavoro correlato

**METODOLOGIA:** Il modello di riferimento è quello del Gestalt counseling. La metodologia è interattiva ed esperienziale con role play, simulazioni, tecniche transpersonali di meditazione (statica e dinamica, individuale e a coppie), visualizzazioni, teatro trasformativo, lavoro personale.

**PERCORSO FORMATIVO:** Sono 80 ore di formazione che corrispondono a 5 fine settimana (uno al mese per cinque mesi) di 16 ore ciascuno. Il primo fine settimana è previsto per sab.15 e dom.16 febbraio. I fine settimana successivi saranno decisi assieme al gruppo presente in quel fine settimana.

**NB:** le ore svolte in tale corso sono riconosciute come parte del primo anno della scuola di counseling Gemino. E danno diritto a crediti formativi ECP.

**ISCRIZIONI:** visitare il sito [www.geminoformazione.com](http://www.geminoformazione.com);

o inviare una mail a [geminoformazione@gmail.com](mailto:geminoformazione@gmail.com) o tel: **0481/538495**