

### **Suggerimenti:**

- ⇒ Condizione base per accedere al percorso è il desiderio di mettersi attivamente in gioco
- ⇒ Per le dinamiche del gruppo che si instaureranno è preferibile che le dimensioni del gruppo non siano superiori alle 10 unità



### **Formazione Permanente**



### **Docenti**

Dott. ssa Elisa Cherubin  
Psicologa, formatrice, esperta in psicologia  
dell'apprendimento

E-mail: [elisa.cherubin@gmail.com](mailto:elisa.cherubin@gmail.com)  
tel: 339 8328208

Dott. Gianpietro Buiatti  
Psicologo del lavoro e delle organizzazioni,  
formatore motivazionale

E-mail: [gianpbuiatti@gmail.com](mailto:gianpbuiatti@gmail.com)  
tel: 345 2921538

## **Emotions & Communication**

Percorso formativo-esperienziale volto ad acquisire abilità nella gestione delle proprie emozioni e della comunicazione interpersonale

● **Dott.ssa Elisa Cherubin**  
● **Dott. Gianpietro Buiatti**

## Le emozioni: queste sconosciute



- Il lavoro d'aula è strutturato in sessioni della durata di 4 ore.

- Sono previsti 4 incontri della durata di 4 ore ciascuno, per un

totale di 16 ore.

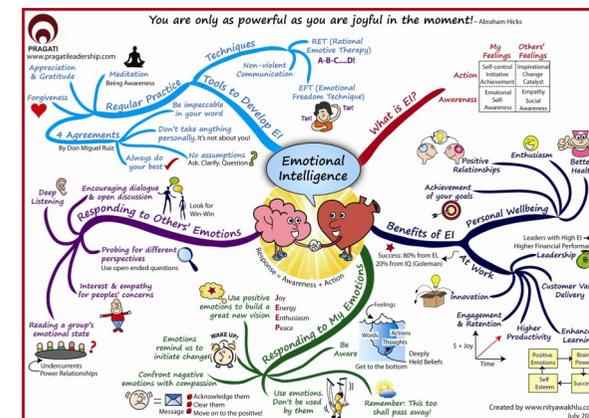
- E' previsto un ulteriore incontro di follow-up di 4 ore a distanza di 3/6 mesi.
- Per la finalità di sedimentare dentro ciascuno i contenuti e rendere più ricchi i necessari feedback con il gruppo ed i docenti facilitatori gli incontri vengono distribuiti in un arco temporale di circa 2 mesi.
- Sarà valutato se programmare un eventuale incontro di supervisione dopo un anno.
- Il percorso esperienziale prevede la possibilità di ampliare l'offerta formativa attraverso ulteriori moduli.

Il percorso :

**L'intelligenza emotiva** - alla scoperta dell'incredibile bagaglio di strumenti che ciascuno di noi porta in dote, ma che spesso lasciamo chiuso in un cassetto, perché non sappiamo di averli né eventualmente come usarli in modo proficuo.

**La consapevolezza** - Accompagnamento interattivo attraverso la graduale consapevolezza delle proprie emozioni e di come ciò possa migliorare le proprie capacità di metterci in relazione con gli altri.

**La comunicazione** - Attraverso la rielaborazione in aula di casi concreti si offriranno strumenti per affinare le proprie capacità di comunicazione. Accompagnando i partecipanti ad acquisire le competenze per una comunicazione efficace



*Per guardare al futuro è necessario essere consapevoli che l'unica certezza della vita è il cambiamento, e ciò ci chiama ad essere sempre in sviluppo, sempre in trasformazione.*

*Accogliamo di buon grado questo rischioso modo di essere e sentiamoci vitalmente vivi nel modo in cui affrontiamo il cambiamento.*

(C.Rogers)