

Corso Psicologia • Da maggio a luglio 2018  
Studio di Psicologia Clinica via Gattamelata, 21 - Padova

## “Imparare a rispettarsi e a stare bene con gli altri”

Dr.ssa Silvia Olivetto - Dr.ssa Susanna Pardini - Dr.ssa Susanna Pizzo

**Obiettivi del corso:** riconoscere la principale modalità personale di interagire con gli altri; identificare e mettere in discussione i comportamenti aggressivi, manipolativi e passivi propri e altrui; apprendere i principi teorici dell'assertività e come agire in modo assertivo; saper comunicare con gli altri in modo efficace incrementando le proprie abilità interpersonali.



### Programma

- **Introduzione** al corso e valutazione;
- Distinguere i **diversi modi di comunicare**;
- **Vantaggi e difficoltà** del comportamento assertivo;
- **I diritti e i doveri** assertivi;
- Imparare a **fare critiche costruttive**;
- La relazione **pensiero/comportamento/emozione**;
- **Errori** cognitivi e pensieri alternativi;
- **Valori personali**;
- Introduzione al **Problem Solving**;
- **Conclusione** del corso e valutazione finale.

### Destinatari

Il training è rivolto alle persone che manifestano e riferiscono delle **difficoltà nell'interazione con gli altri** e vogliono migliorare la comunicazione e la gestione dei conflitti.

### Quote di partecipazione esenti IVA

È prevista una quota di iscrizione di 230 euro a partecipante.

**Il training prevede 10 incontri a cadenza settimanale della durata di 2 ore (indicativamente 18.00 - 20:00).**

Maggiori informazioni e iscrizioni online sul sito web dell'Istituto Miller.

**Istituto Miller**

Corso Torino, 19 - 16129 Genova

Tel. +39 010 5707062

E-mail: [segreteria@istitutomiller.it](mailto:segreteria@istitutomiller.it)

[www.istitutomiller.it](http://www.istitutomiller.it)

