

COMUNICAZIONE ANIMICA

DOCENTE: Inna Apekina, Life e Mental Coach; Coach Estetico; Neurofacilitatore; Istruttore di Neurografica®; Specialista in NeuroBionica; NAP™ Practitioner autorizzato in Neuro Agility™; Consulente Talentoday®

PROGRAMMA

- 1) La mappa non è il territorio: modalità percettive e loro impatto sulla comunicazione. Attività pratiche per l'ampliamento della propria mappa **personale**.
- 2) La mappa non è il territorio: i processi mentali attraverso cui filtriamo la realtà. Esercizi di riconoscimento e consapevolezza dei filtri percettivi.
- 3) Fondamenti e applicazioni della comunicazione Animica: principi, finalità e modalità di integrazione nella vita quotidiana.
- 4) Bisogni e valori nella comunicazione: come identificarli e utilizzarli per creare connessioni autentiche.
- 5) Un nuovo paradigma comunicativo: cambiamento di prospettiva e di approccio nelle relazioni.
- 6) L' impatto delle emozioni sulla comunicazione: esercizi per riconoscere, gestire ed esprimere le emozioni in modo funzionale.
- 7) Ascolto interiore: sviluppo della capacità di osservare il proprio mondo interno con presenza e chiarezza.
- 8) Ascolto dell'altro: tecniche e pratiche per un ascolto profondo e non giudicante.
- 9) Dinamiche relazionali: Litighiamo con Medianos: comprendere e trasformare i conflitti. (modulo dedicato alla gestione consapevole del contrasto).
- 10) Il linguaggio che apre le porte: parole, toni e intenzioni che favoriscono comprensione e cooperazione.

E' richiesto un contributo di 10 eur

CALENDARIO

Ottobre	Novembre	Dicembre	Gennaio	Febbraio	Marzo	Aprile	Maggio
			20	3	3		
			27	10	10		
				17	17		
				24	31		