

LABORATORIO DI COMUNICAZIONE II LA COMUNICAZIONE INVISIBILE

DESCRIZIONE

Oggi è proprio la neuroscienza che sostiene la necessità di prendere molto seriamente le emozioni. Esiste di fatto una stretta relazione tra gli stati emotivi che ci coinvolgono ed il nostro comportamento. Di conseguenza tra i nostri stati emotivi ed il modo in cui comunichiamo e quindi ci relazioniamo con gli altri. Le nuove scoperte scientifiche. Ci assicurano che, se cercheremo di aumentare l'autoconsapevolezza emotiva, di controllare più efficacemente i nostri sentimenti e gli stati d'animo che ne conseguono, di aumentare la nostra capacità di essere empatici con gli altri, di cooperare, ... in altre parole, se presteremo attenzione in modo più sistematico all'intelligenza emotiva - potremmo veramente conquistare un futuro relazionale più sereno ed appagante

OBIETTIVI

Miglioramento de rapporto con le emozioni, del riconoscimento e della comprensione, quindi:

- Maggiore consapevolezza degli stati d'animo e dei loro comportamenti intrinseci,
- Maggiore riflessione prima di agire,
- Miglioramento dell'autocontrollo,
- Maggiore efficacia nelle diverse dinamiche relazionali comprese quelle conflittuali,
- Conseguente miglioramento:
 - Dell'atmosfera nelle proprie relazioni,
 - Delle abilità sociali,
 - Della pianificazione e raggiungimento dei propri obiettivi.

ATTIVITÀ PROPOSTE

- Tecniche di rilassamento
- Nozioni base sulle emozioni e la loro modalità espressiva e comunicativa.
- Esercitazioni pratiche.
- Lavoro con la telecamera

DESTINATARI

Indicato per chi desidera migliorare le proprie abilità comunicative nelle relazioni quotidiane in tutti gli ambiti, familiari, lavorativi, amicali...

DATA INIZIO

10 febbraio 2017

NUMERO PARTECIPANTI

Minimo 8, Massimo 15

DURATA

GIORNO: Giovedì

ORARIO: 21:00-23:00

SVILUPPO: 10 incontri di 2 ore ciascuno con la frequenza di 1 volta la settimana

MATERIALE FORNITO

Dispensa Didattica.



I DOCENTI

MICHELE SILVESTRIN



Attore, formatore e regista. Si è formato teatralmente presso la scuola di recitazione biennale del centro di cultura e sperimentazione teatrale del “teatro laterale” di padova, la scuola estiva di mimo e teatro della compagnia “teatro del vento” di bergamo e la cooperativa teatrale “giolli” di parma (corso triennale di formazione sul metodo pedagogico – teatrale boal). Conduce laboratori di introduzione ed approfondimento al linguaggio teatrale, dizione e comunicazione ed al metodo pedagogico – teatrale boal in collaborazione con la facoltà di scienze della formazione dell’università di padova, scuole, amministrazioni comunali, associazioni culturali e cooperative.

MASSIMO SARESIN



Da 20 anni si occupa di formazione e comunicazione in diversi ambiti: lavoro, sviluppo personale, pubblicitario, commerciale, maturando un’esperienza trasversale grazie alla quale ha potuto approfondire i molteplici utilizzi della comunicazione e della sua importanza in tutte le aree della vita delle persone.