

Gli strumenti dell'assertività

A CHI SI RIVOLGE

Chiunque voglia imparare ad essere più assertivo nei rapporti con gli altri.

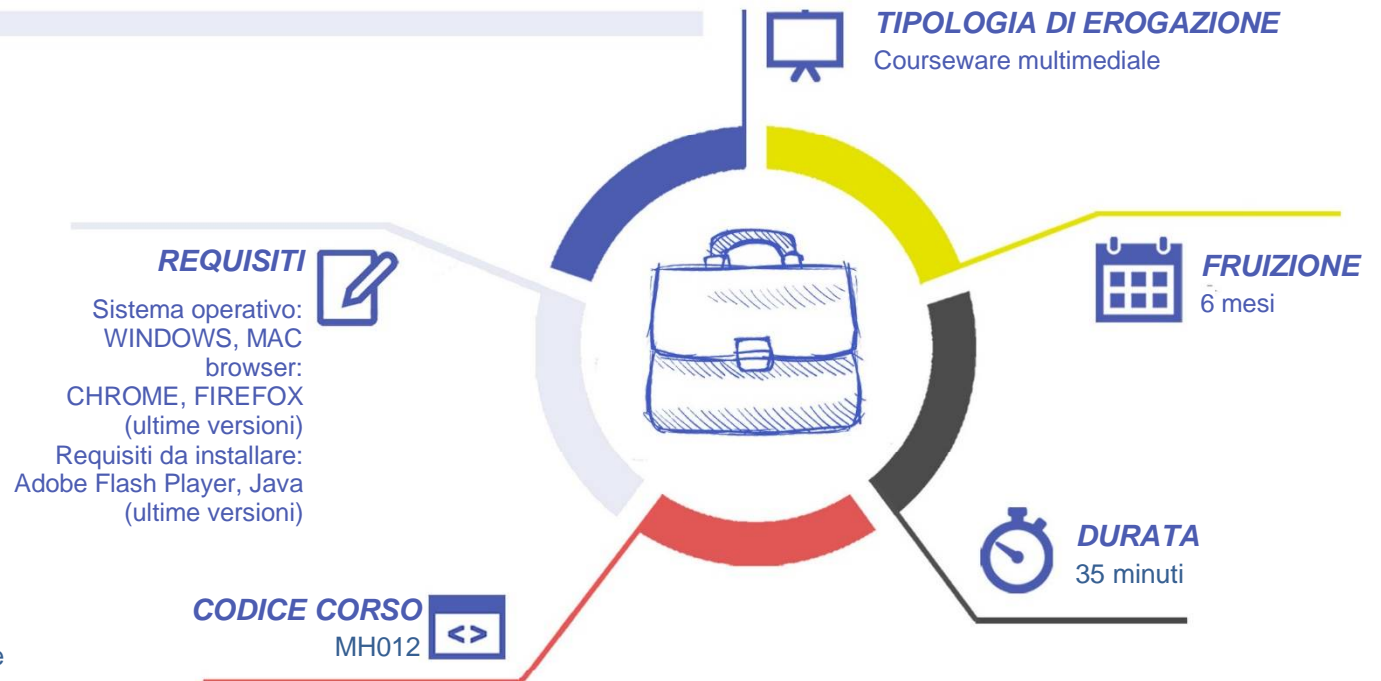
OBIETTIVI

Esplorerete il vostro profilo personale di assertività. Dopo aver appreso come esporre le proprie idee in modo assertivo imparerete come riformulare le critiche in modo costruttivo. Avete il coraggio di esprimere le proprie idee con calma ed in modo assertivo. Imparare a dire no, mantenendo buoni rapporti. Comprendere come fare richieste in modo costruttivo ed efficace.

BENEFITS

Le esercitazioni vi daranno una panoramica delle forme di comportamento tipo. Attraverso queste manifestazioni scoprirete i comportamenti tipo: passività, aggressività, manipolazione, assertività. Gli esempi vi consentiranno di avere una migliore comprensione dell'atteggiamento assertivo.

LINGUE DISPONIBILI:



SOFT SKILLS

CONTENUTI

- Esplorare i principi base dell'assertività.
- Identificare le vostre forme preferite di comportamento.
- Utilizzare il metodo delle 4P per una critica costruttiva.
- Diventare più assertivi.
- Imparare ad esporre le proprie richieste.
- Saper dire "no" in modo appropriato.

TEST INTERMEDI

All'interno di ogni modulo vi sono dei momenti di autovalutazione non vincolati che consentono all'utente di interagire con l'animazione verificando l'apprendimento dei concetti presentati.

SUPERAMENTO

Il corso viene considerato concluso una volta fruiti tutti i contenuti.

CERTIFICAZIONE

La certificazione è a carico dell'Ente di Formazione che eroga i corsi.

I VANTAGGI DELL'E-LEARNING

- Risparmio in termini di tempi/costi - Piattaforma AICC/SCORM 1.2 conforme agli standard internazionali
- Accessibilità ovunque e in ogni momento - Possibilità di rivedere le lezioni anche dopo aver terminato il corso