

5

**LA COMUNICAZIONE
EMPATICA ED EFFICACE NELLE
PROFESSIONI SANITARIE**

**CAMPOBASSO
21/22 OTTOBRE 2023**

PROGRAMMA

Prima Giornata

- Ore 09.00** – La comunicazione:
- Definizione e caratteristiche
 - Gli assiomi della comunicazione
 - Comunicazione interpersonale
 - Dinamiche ed ostacoli della comunicazione interpersonale
- Ore 10.30** – L'importanza di una comunicazione efficace nelle professioni sanitarie
- Ascolto attivo
- Ore 11.00** – *Coffee Break*
- Ore 11.15** – Empatia:
- Caratteristiche e dinamiche
 - Strumenti d'applicazione dell'empatia
- Ore 13.00** – *Pausa*
- Ore 13.45** – La comunicazione nell'ambiente di lavoro
- Ore 15.00** – L'assertività
- Ore 16.00** – Migliorare e rafforzare la propria autostima e la propria autoefficacia
- L'Intelligenza emotiva e la gestione delle emozioni
 - "La consapevolezza dei pensieri e dei giudizi"
 - L'importanza del riconoscimento e della consapevolezza del

proprio vissuto emotivo nella relazione d'aiuto

- Ore 17.30** – Modelli di regolazione dello stress:
- Rapporto tra mente e corpo
- Ore 18.00** – La regolazione mente-corpo:
- Tecniche di rilassamento
 - Governare il focus della propria attenzione
- Ore 19.30** – *Chiusura Lavori 1° Giornata*
- Seconda Giornata**
- Ore 08.30** – Cos'è la meditazione:
- Conoscere le basi psicologiche e neuroscientifiche della Mindfulness
- Ore 09.45** – La respirazione e le sue Funzioni
- Ore 10.15** – " L'attenzione al momento presente"
- Ore 10.40** – "La consapevolezza delle emozioni"
- Ore 11.00** – *Coffee Break*
- Ore 11.15** – Conoscere ed usare la propria mente per il proprio benessere e per il benessere altrui
- Ore 12.00** – La Mindfulness al lavoro
- Mindfulness per aiutare se Stessi
 - Mindfulness per aiutare Meglio
- Ore 13.00** – Prendersi cura di chi si prende cura:
- Concetto di benessere
 - "Cos'è la compassione"

- Praticare un atteggiamento paziente e gentile con se stessi e con gli altri
- La pedagogia delle carezze
- La gentilezza
- "Imparare ad essere gentili con se stessi nelle difficoltà"

Ore 13.30 – Verifica dell'apprendimento

Ore 14.00 – *Chiusura lavori*

Docente del Corso:

Dott.ssa DANIELA SPADOLINI

Psicologa- Psicoterapeuta

ABSTRACT

Comunicare significa trasmettere all'altro ciò che siamo, ciò che pensiamo, che immaginiamo, ma per avere una comunicazione efficace che permette realmente di essere certi di aver trasmesso il messaggio corretto, il punto di partenza è l'ascolto. Essere davvero presenti con l'altro, essere capaci di essere lì e accoglierlo.

Se al centro della nostra vita vi sono le relazioni, è importante riconoscere come non ci si può esimere dalle emozioni; il turbine di pensieri, sensazioni, che emotivamente sono causa di benessere o disagio, stress o pacatezza, piacere o dispiacere.

Aumentare il proprio grado di libertà e di consapevolezza in modo che si possa rispondere agli accadimenti senza farsi trascinare dalle circostanze è quanto si afferma con la mindfulness, un approccio, una metodologia ed un insieme di pratiche basate sulla consapevolezza.

Alla base di tutto vi è la capacità di comunicare con sé stessi.

**LA COMUNICAZIONE
EMPATICA ED EFFICACE NELLE
PROFESSIONI SANITARIE**

**CAMPOBASSO
21/22 OTTOBRE 2023**

Modulo d'iscrizione

Compilare in stampatello

Nome _____

Cognome _____

Nato a _____

Il _____

Indirizzo _____

Città _____

Prov _____ CAP _____

Tel _____

Professione _____

C. F. _____

P.IVA: _____

E-mail _____

Pec _____

Dipendente

Libero Professionista

**Segreteria organizzativa:
FORMAZIONEVENTI**

Tel. 085.8428796 – 393.9067727

Whatsapp 393.9067727

E.mail: segreteria@formazioneventi.com

Web www.formazioneventi.com



**Crediti Formativi Ecm
assegnati n. 23,9**

Il Corso, a numero chiuso, è rivolto a
TUTTE LE PROFESSIONI SANITARIE

e prevede il numero max di 40 partecipanti

L'iscrizione comprende:

Kit congressuale, Coffee Break, Pranzo della
prima giornata, Slides del Corso,
Attestato Crediti ECM

La quota è di € 120,00, deve essere versata con
bonifico bancario e inoltrata copia alla segreteria
organizzativa con email, o attraverso whatsapp,
insieme con il modulo d'iscrizione completo dei
dati richiesti.

Bonifico a favore di Formazioneventi sas

IBAN: IT50H010051540000000003440

*CHIUSURA ISCRIZIONI: 10 OTTOBRE 2023,
SALVO RAGGIUNGIMENTO ANTICIPATO
DEL N. MAX PREVISTO*

*AL RICEVIMENTO DELL'ISCRIZIONE VERRA'
INOLTRATA LEZIONE INTRODUTTIVA*

Formazioneventi

EDUCAZIONE CONTINUA IN MEDICINA

**LA COMUNICAZIONE
EMPATICA ED EFFICACE NELLE
PROFESSIONI SANITARIE**

CAMPOBASSO

21/22 OTTOBRE 2023



DOCENTE DECORSO

Dott.ssa DANIELA SPADOLINI

Psicologa- Psicoterapeuta

IL CORSO SI SVOLGE PRESSO

**SALA CONGRESSI
HOTEL SAN GIORGIO
VIA INSORTI D'UNGHERIA N. 38
CAMPOBASSO**