



**LA COMUNICAZIONE NELLE RELAZIONI DI AIUTO
E LA SINDROME DI BURN OUT**

Sabato 13 e 27 maggio 2017, ore 9,30-13 e 14-18

Il seminario è rivolto a tutti i volontari e gli operatori coinvolti nel sociale e nelle relazioni d'aiuto, che sentono il bisogno di rinforzare le loro competenze ed allargare le loro conoscenze al riguardo, approfondendo in modo particolare due temi specifici: le competenze comunicative nelle relazioni interpersonali d'aiuto (gli "arnesi" da lavoro, sia verbali che non verbali), e la sindrome da burn out (cause, conseguenze, prevenzione, gestione, rimedi). Oltre agli input teorici sono previsti momenti esperienziali di condivisione ed esercitazioni pratiche da svolgere in aula.

Destinatari

Soggetti appartenenti alle seguenti categorie: animatori socio-assistenziali e operatori sociali; laureati in giurisprudenza, psicologia e scienze sociali; volontari impegnati all'interno di organizzazioni del Terzo Settore; operatori e attivisti di associazioni; persone impegnate a diverso titolo in relazioni di aiuto o che fanno della relazione con gli altri l'aspetto cardine del proprio intervento.

Requisiti di accesso

Laurea triennale o specialistica o diploma di scuola media superiore.

Certificato finale Attestato di frequenza

Sede: V.le Giulio Cesare 78 (Metro A - Ottaviano)

Quota partecipazione: 150 €

**AUTOSTIMA, ASSERTIVITÀ E POTERE PERSONALE
NELLE RELAZIONI INTERPERSONALI**

Sabato 29 aprile 2017, ore 9,30-13 e 14-18

L'autovalutazione che diamo di noi stessi (autostima) influenza in modo molto significativo il nostro livello di soddisfazione, salute e benessere; ma determina anche il modo di relazionarci che ognuno di noi ha e quindi di vivere la socialità, che è una grande risorsa quando siamo in grado di viverla affermando noi stessi (assertività) ed assumendoci le responsabilità (empowerment) che questo comporta. Per affrontare in modo chiaro e piacevole questo argomento, il seminario vedrà un'alternanza di momenti teorici con altri di tipo esperienziale e socializzante, come piccole attivazioni e giochi psicologici.

Sede: V.le Giulio Cesare 78 (Metro A - Ottaviano)

Quota partecipazione: 70 €



www.centroascoltopsicologico.it

Scarica gratuitamente le mini guide per l'auto aiuto



ANSIA:
Cosa è,
cosa fare



**COME
AUMENTARE
AUTOSTIMA**



DEPRESSIONE:
Cosa è,
cosa fare



INSICUREZZA:
Cosa è,
cosa fare

**LA GESTIONE DELLE EMOZIONI
NELLA VITA QUOTIDIANA**

Sabato 20 maggio 2017 - ore 9,30-13 e 14-18

Quanto è importante oggi in una società sempre più frenetica, spersonalizzante ed ipertecnologica riscoprire l'importanza del "sentire", lasciando da parte almeno per un attimo il fare, il pensare, il correre? Il seminario intende affrontare proprio questo tema, attraverso degli input teorici alternati a giochi psicologici ed attivazioni esperienziali da vivere in classe individualmente ed in gruppo, in un'ottica finalizzata a riscoprire e riattivare l'intelligenza emotiva che fa parte del nostro potenziale umano, favorendo la salute, la creatività, l'umorismo, la socializzazione.

Sede: V.le Giulio Cesare 78 (Metro A - Ottaviano)

Quota partecipazione: 70 €