
Manuale Di Comunicazione Assertiva

MANUALE DI COMUNICAZIONE NON VERBALE

Scacco alla balbuzie in sette mosse. Manuale di autoterapia e homework

Tipi psicologici al lavoro. Lavorare insieme con efficacia

Approccio Cuorporeomentale della Didattica Multisensoriale. A scuola con il metodo Terenghi

Cinquanta funzionari per i processi comunicativi e informativi nel Comune di Roma. Manuale e quesiti per la preparazione al concorso

Comunicazione assertiva

Comunicare in azienda. Manuale di sopravvivenza per manager

Comunicazione profonda in sanità

Qualità e formazione. Manuale per operatori e responsabili in ambito sanitario e psicosociale

Praticare il tempo. Manuale operativo per ottimizzare la vita personale e professionale

Comunicazione Efficace

Comunicazione Assertiva

Manuale di patologia razionale [di] G. Henle

Manuale di didattica della filosofia

Manuale di valutazione dei rischi psicosociali

Comunicazione Assertiva Ed Efficace 3.0

La comunicazione autentica. Negli affetti, al lavoro, nei conflitti

Manuale facile dell'Operatore Socio Sanitario (O.S.S) - Quarta Edizione

Comunicazione Assertiva

Psicologia della comunicazione. Un manuale introduttivo

Manuale di Comunicazione Assertiva

Il recupero crediti telefonico efficace. Manuale operativo di phone collection

COMUNICAZIONE EFFICACE

Manuale di psicologia positiva

Manuale facile dell'OPERATORE SOCIO SANITARIO (O.S.S.)

How to be assertive in any situation

Ascoltare e parlare. Manuale di comunicazione assertiva

Tecniche e strategie per la gestione delle emozioni intense

La perla del Vicino

Il kit del bravo supplente. Giochi di logica, parole e socialità per le ore di supplenza

Comunicazione Assertiva and TCC (2 Libri In 1)

Comunicazione Assertiva 2021

Il miglioramento personale. Strumenti e metodi

Manuale di comunicazione assertiva

Manuale di gestione manageriale per la polizia locale

Comunicare con i nostri genitori anziani. Manuale di convivenza per figli adulti

Comunicazione Assertiva

Manuale di etica per l'operatore socio-sanitario

MANUALE DI INTELLIGENZA E COMUNICAZIONE ASSERTIVA FACILE

Manuale Di Comunicazione Assertiva

Downloaded from archive.imba.com by guest

HEATH DEANDRE

MANUALE DI COMUNICAZIONE NON VERBALE FrancoAngeli

564.101

Scacco alla balbuzie in sette mosse. Manuale di autoterapia e homework FrancoAngeli

Questo libro nasce pensando di dare consigli utili e tecniche applicabili nel quotidiano per poter far fronte a situazioni di ansia, attacchi di panico, forti delusioni, imbarazzo. Le necessità del vivere sociale ci hanno insegnato a modulare e talvolta a reprimere le nostre emozioni, abbiamo imparato a razionalizzare i nostri bisogni e a orientarli verso una modalità di espressione più accettabile. Ogni giorno, senza che ce ne rendiamo conto, mediamo tra la nostra componente emotiva e quella razionale. Il risultato di questa mediazione è molto spesso il compromesso tra ciò che vorremmo fare e ciò che possiamo concederci di fare, talvolta, tuttavia, il conflitto diventa più acceso e il risultato più evidente è rappresentato dalle manifestazioni emotive intense. Attacchi di ansia, esplosioni di rabbia, collera e gelosia sono alcuni degli effetti del conflitto interiore che ci muove allorché non riusciamo a giungere ad un efficace compromesso con la nostra parte istintuale. Leggere e sperimentare i semplici esercizi proposti in questo libro è un'utile attività di prevenzione e di controllo della nostra sfera emotiva. Inoltre, saper gestire le emozioni intense è anche una delle doti principali per ottenere il meglio da noi stessi, nel lavoro, nelle competizioni sportive e nelle relazioni. Ogni capitolo di questo libro è dedicato ad una specifica

emozione. Vengono riportati esercizi da seguire per migliorare il rapporto con le nostre emozioni e consigli utili evitare condizioni di disagio o di imbarazzo.

Tipi psicologici al lavoro. Lavorare insieme con efficacia Edizioni FerrariSinibaldi

Come crearsi un progetto di vita e vivere felici. Scegli la tua strada, definisci la tua meta e crea il tuo personale piano d'azione per costruire la vita che desideri. Oltre al testo, l'ebook contiene i link per scaricare . Una serie di pratici ed efficaci esercizi, disponibili in pdf scaricabile per un migliore utilizzo. Con questo ebook, Matteo Majer, consulente, formatore e coach in ambito di organizzazione e gestione delle risorse umane, ti indica un percorso di successo personale suggerendoti strategie, metodi e tecniche da predisporre in un tuo personale piano d'azione che ti aiuterà a realizzare i tuoi obiettivi in ambito personale e professionale. In maniera pratica e concreta, l'autore ti introduce ai metodi per la gestione del cambiamento e le modalità per la risoluzione dei problemi, ti consiglia come gestire il tempo, organizzare e definire le priorità d'azione, ti insegna come approfondire la conoscenza delle emozioni e gestire lo stress. Infine ti offre semplici e pratiche strategie per entrare maggiormente in sintonia con gli altri e migliorare il rapporto con le altre persone attraverso lo sviluppo delle capacità di comunicare, di ascoltare e di domandare. Grazie a indicazioni semplici, in un percorso delicato e progressivo, potrai scoprire le zone più profonde di te per migliorare la tua vita, raggiungere appagamento nelle relazioni e ottenere con la tua forza ciò che desideri. Indice completo dell'ebook . Introduzione . Direzione Uno scopo nella vita Definire i tuoi obiettivi Strategie per realizzare gli obiettivi Piano d'azione Flessibilità . Migliorarsi Cambiamento: cos'è e come viverlo al meglio Risoluzione dei problemi e decisionalità Creatività e pensiero laterale Organizzazione e priorità Intelligenza emotiva: cos'è, come svilupparla e come può esserti utile Gestione

dello stress Resilienza: “sapersi rialzare” Comunicazione: un utilizzo consapevole dei canali comunicativi Ascoltare e domandare: come attivare tutte le tue potenzialità Relazioni: conoscere il tuo stile e quello dell’interlocutore . Bibliografia . Sitografia Questo ebook è destinato . A chi vuole conoscere, mettere in discussione e migliorare le proprie idee e convinzioni . A chi vuole liberarsi da condizionamenti, paure e cattive abitudini . A chi vuole mettere in atto un cambiamento profondo di sé . A chi vuole realizzarsi e diventare ciò che desidera . A chi vuole realizzare il proprio progetto di vita, in ambito personale e professionale

Approccio Cuorporeomentele della Didattica Multisensoriale. A scuola con il metodo Terenghi HOW2 Edizioni

Dall'esperienza ultraventennale di una operatrice in prima linea, e dalla capacit^ sintetica dell'altro Autore, Operatore e redattore della Collana Corsi e concorsi, arriva la quarta edizione del Manuale Facile dell'O.S.S., riveduto, aggiornato all'aprile 2018 ed arricchito con nuovi contenuti, ma sempre con la semplicit^ e la chiarezza che fanno di questo Manuale, una delle Opere indispensabile per chi si avvicina al complesso mondo dell'Operatore Socio Sanitario. Ottimo per una formazione di base, rivolto a tutti coloro che frequentano i corsi per conseguire la qualifica Regionale, e a chi si appresta a partecipare ad uno dei tanti concorsi pubblici in tutta Italia. Nei comodi formati pdf e mobi per ogni tipo di lettore multimediale, smartphone compreso. E ancora al prezzo pi basso del mercato. Diventa anche tu Operatore Socio Sanitario, con l'ultimo Manuale facile targato STUDIOPIGI.

Cinquanta funzionari per i processi comunicativi e informativi nel Comune di Roma. Manuale e quesiti per la preparazione al concorso edizioni la meridiana

Quante volte ti è successo di sentirti insicuro durante un dialogo? Quando non sai cosa rispondere e la timidezza e l' ansia ti assale? Quando non sai cosa rispondere alla persona che ti sta parlando e non riesci nemmeno a guardare negli occhi il tuo interlocutore e ti limiti semplicemente ad annuire. Quante volte ti è successo di sentirti fuori luogo quando in realta' pensavi di essere sicuro di te stesso ? Per esempio con il tuo partner quando state affrontando un discorso serio, oppure con i tuoi familiari quando invece dovresti sentirti a tuo agio e in completa armonia con te stesso ? Questi episodi possono avere una natura svariata che spazia tra l' essere insicuri di se' stessi, essere troppo stressati in un determinato periodo della nostra vita oppure semplicemente di essere troppo timidi verso il prossimo. Comunicare in modo assertivo è quindi molto importante per saper esprimere se' stessi e far valere il proprio pensiero, rispettando il nostro pensiero e quello del nostro interlocutore riuscendo in modo semplice e naturale ad esprimere i nostri concetti e le nostre reali sensazioni. Questo manuale sarà la tua guida personale, imparando ad essere padrone dei tuoi pensieri mettendoli in pratica comunicando in modo autorevole e ti aiuterà nel quotidiano a rapportarti con chi ti circonda Ecco cosa imparerai a padroneggiare: - I fattori che ti aiuteranno a sconfiggere ansia (timidezza, paura, stress) - L'importanza delle espressioni del volto - Comunicazione e persuasione - Saper esprimere se' stessi e far valere il proprio punto di vista - 10 Esercizi per aumentare l' autostima - Analisi e consigli su come comunicare con gli altri.... e molto altro! Aggiungi al carrello "Comunicazione Assertiva" per riuscire finalmente a gestire e mettere in pratica il tuo pensiero in modo autorevole semplice ed efficace !

Comunicazione assertiva Armando Editore

L'ansia, la depressione, la rabbia, la colpa, la vergogna possono manifestarsi in maniera intensa e possono essere un vero e proprio ostacolo alla tua vita. Spesso anche soltanto dire "No" a qualcuno ci mette a disagio e, riuscire a capire che non significa necessariamente essere cattivi, non è per nulla facile. A cosa attribuire, quindi, la colpa di questo disagio? Alle emozioni negative o al modo errato in cui comunichiamo? La risposta sta in mezzo. Queste emozioni negative ti rendono frustrato, ti senti bloccato nella comunicazione con gli altri e scivoli lentamente in un vortice dove non capisci se: Ciò che pensi sia giusto o meno, Ci sia un modo per far valere la tua opinione, Hai bisogno di intraprendere un percorso terapeutico o meno. Questo libro, che contiene un manuale sulla TCC e uno sulla Comunicazione Assertiva, ha già aiutato decine di persone a trovare la strada verso una corretta comunicazione, alleviando anche il malessere di tutte le emozioni negative che li tormentavano. So che potrà aiutare anche te! Cosa troverai all'interno di questa guida completa formata da 2 manuali: Che cos'è la Comunicazione Assertiva e come può migliorare le tue capacità espressive per guadagnare rispetto e aumentare la tua autostima, Come impedire alle tue emozioni di offuscare la tua comunicazione, ma al contrario sfruttarle per generare empatia e simpatia negli altri, Programma la tua mente per aumentare il tuo successo comunicativo: come farti aiutare da tecniche come la Programmazione Neuro-Linguistica, lo Storytelling efficace e il Mirroring, Introduzione alla Terapia Cognitivo Comportamentale, per capire come può aiutarti a superare ansia e stress e tutti i problemi che riesce a risolvere, Come superare una volta per tutte le fobie, la depressione e gli attacchi di panico grazie alla TCC, per riuscire a riprendere il controllo della tua vita, Training autogeno: esercizi semplici ed efficaci per allenare la tua mente ad allontanare i pensieri negativi ed a sviluppare la tua Intelligenza Emotiva, E molto altro! Inizia da oggi a migliorare la tua vita e a raggiungere il benessere che ti meriti. Clicca su "Acquista ora" e ordina la tua copia!

Comunicare in azienda. Manuale di sopravvivenza per manager Pietro Giaquinto

Questo testo è stato pensato sia per i Corsi universitari di Didattica della filosofia, sia per chi insegna Filosofia nelle Scuole secondarie superiori ed è strutturato in base ai contenuti richiesti dal Ministero in relazione alle Metodologie e tecnologie didattiche per l’insegnamento della filosofia.

Comunicazione profonda in sanità HOW2 Edizioni

Questo manuale, dallo stile semplice, leggero e motivante, ti svelerà i segreti della COMUNICAZIONE ASSERTIVA, che potrai apprendere e applicare facilmente, sin dalle primissime pagine. A differenza delle altre guide, più teoriche e pesanti, questa è davvero molto facile e stimolante da leggere; pagina dopo pagina, ti sembrerà di ascoltare i consigli di una brava psicologa e potrai valutare la tua assertività grazie ai vari TEST riportati. Imparare a ragionare e comunicare in modo assertivo è il segreto per migliorare il rapporto con gli altri e vivere nel quotidiano in modo più sereno, evitando inutili conflitti che generano stress, in ogni ambito della nostra vita, peggiorandone la qualità. Apprendere I SEGRETI DELLA COMUNICAZIONE ASSERTIVA ci renderà delle persone migliori e ci aiuterà nei momenti difficili, salvando le nostre relazioni affettive o facendo la differenza anche in ambito lavorativo. Imparando i segreti dell’assertività svelati in questo libro, potremo guidare i rapporti come vogliamo, sapendo generare le emozioni che vogliamo nel prossimo, in modo da ottenere i risultati sociali che vogliamo, migliorando le nostre doti di autostima, empatia, carisma e problem solving. Per ottenere questi risultati è importante allenare la propria intelligenza e comunicazione assertiva, così da vivere con pienezza le relazioni d'amore, educare i figli alla felicità e costruire attivamente il dialogo con l'altro. Per avere successo o semplicemente per vivere serenamente è

necessario instaurare un buon rapporto con gli altri, vivendo in empatia con il mondo. Le regole dietro questo equilibrio formano una sorta di INTELLIGENZA ASSERTIVA, grazie alla quale ci muoviamo con successo tra schemi e regole di buon comportamento. COSA IMPARERAI LEGGENDO QUESTO LIBRO: . Come difendersi e farsi valere senza attaccare . Come migliorare il proprio self-control grazie all’assertività . Come gestire in modo intelligente conflitti e litigi . Come riuscire ad affrontare critiche e aggressioni verbali . Come avere sempre la risposta giusta, al momento giusto . Come uscire da tutte le situazioni con nonchalance . Come avere più autostima, fiducia e carisma . Come riuscire a mettere un freno a lagne, indecisioni e negatività altrui . Come imparare a dire e accettare i NO . I segreti della persuasione assertiva . I segreti della comunicazione non verbale assertiva . Le regole del galateo e del bon ton assertivo . Il fascino del seduttore assertivo: come essere irresistibili . Come migliorare il proprio rapporto di coppia . Come migliorare il rapporto con i propri colleghi . Come migliorare il rapporto con il capo . Come migliorare il rapporto con i clienti e i fornitori . Come motivarsi e motivare (il leader assertivo) . Come migliorare il rapporto con i propri figli . Come migliorare il rapporto con i propri genitori . Come migliorare i rapporti con fratelli e sorelle . Come migliorare i rapporti con gli altri parenti . Come migliorare i rapporti con gli amici . Come migliorare il rapporto con i conoscenti . Come migliorare l'empatia col prossimo . Le regole dell’assertività Social E molto altro ancora!

Qualità e formazione. Manuale per operatori e responsabili in ambito sanitario e psicosociale FrancoAngeli

Questo libro parla di leadership, gruppi, comunicazione e si rivolge a coloro che guidando gruppi, vogliono esserne non i manager, né i coach, men che meno i capi e nemmeno i dirigenti ma i loro leader. L'attuale dibattito nelle organizzazioni, quando si parla di progetti, si è spostato quasi per intero sulle metodologie (Waterfall, Agile, Scrum, etc.) come se i gruppi fossero una realtà a prescindere. É come se cucinando un piatto ci concentriamo sul metodo di cottura piuttosto che sulla qualità della materia prima. Tuttavia se quest'ultima è scadente, anche scegliendo il modo migliore di cuocerla quali possibilità avremo di ottenere successo con i nostri piatti? Così il libro riporta al centro del dibattito i gruppi. Cosa li rende uno strumento di azione e potere, cosa permette loro di dar vita a un leader con una leadership potente. Si continua a credere che quest'ultimo sia tanto più capace, quanto più si differenzia dal gruppo per la sua unicità, mentre è vero l'esatto contrario. Sulla comunicazione, infine, il libro affronta i meccanismi alla base della sua efficacia e ciò che ne mina la persuasività, un aiuto a chi della leadership ha fatto la propria professione.

Praticare il tempo. Manuale operativo per ottimizzare la vita personale e professionale Edizioni FerrariSinibaldi

Dall'esperienza ultraventennale di una operatrice in prima linea, e dalla capacità sintetica dell'altro Autore, Operatore e redattore della Collana Corsi e concorsi, arriva la quarta edizione del Manuale Facile dell'O.S.S., riveduto, aggiornato all'aprile 2018 ed arricchito con nuovi contenuti, ma sempre con la semplicità e la chiarezza che fanno di questo Manuale, una delle Opere indispensabile per chi si avvicina al complesso mondo dell'Operatore Socio Sanitario. Ottimo per una formazione di base, è rivolto a tutti coloro che frequentano i corsi per conseguire la qualifica Regionale, e a chi si appresta a partecipare ad uno dei tanti concorsi pubblici in tutta Italia. Nei comodi formati pdf e mobi per ogni tipo di lettore multimediale, smartphone compreso. E ancora al prezzo più basso del mercato. Diventa anche tu Operatore Socio Sanitario, con l'ultimo Manuale facile targato STUDIOPIGI.

Comunicazione Efficace Sovera Edizioni

Gli Operatori socio-sanitari (Oss), impegnati a gestire quotidianamente relazioni di aiuto con persone in situazioni di sofferenza, di disagio, di disabilità, di malattia, sono chiamati a porre sempre maggiore attenzione alla dimensione etica e deontologica della loro professione, ispirata al rispetto della persona umana e dei suoi diritti. Promozione e trasmissione di valori quali il rispetto per la persona, l'accoglienza, la giustizia, la fraternità, la solidarietà, correlati al principio primario della centralità dell'uomo, affinché le prestazioni di cura e di assistenza non siano soltanto gesti 'tecnici', freddi e razionali, ma si trasformino in un atto di compassione e di amore. Troppo spesso si dimentica che nei servizi sanitari, socio-sanitari e socio-assistenziali la centralità del cittadino utente è garantita soltanto dalla centralità (e quindi dalla formazione umana e non soltanto professionale) di chi vive e opera quotidianamente nei servizi, assicurandone la continuità e lo svolgimento. Offre elementi di conoscenza e alcuni spunti di riflessione su temi di valenza etica, che toccano aspetti della cura e dell'assistenza, per essere strumento utile nella formazione degli Operatori socio-sanitari. Non ci si può prendere cura dell'uomo senza mettere in gioco l'immagine dell'uomo, e cioè anche di noi stessi. (editore).

Comunicazione Assertiva FrancoAngeli

VUOI IMPARARE A COMUNICARE EFFICACEMENTE E IN MODO ETICO? DESIDERI CONOSCERE COME FARE PER OTTENERE IL CONTROLLO DI UNA CONVERSAZIONE ED ESSERE ASCOLTATO ATTIVAMENTE? Che tu sia un venditore, un oratore o una semplice persona desiderosa di perfezionare le proprie capacità comunicative, hai comunque necessità di conoscere le fondamenta sulle quali si regge una comunicazione efficace. Questa raccolta, pensata per fornirti le migliori basi, è l'unione di tre libri di Hayden J. Power: Persuasione (principi e tecniche) Linguaggio del corpo Empatia (intelligenza emotiva per gestire le emozioni) Qualsiasi comunicazione si svolge infatti su tre livelli correlati ma ben distinti tra loro: comunicazione verbale comunicazione non verbale comunicazione emotiva L'errore comune che si commette è pensare che il primo livello, la comunicazione verbale rappresenti il principale canale comunicativo. Dunque le persone si concentrano esclusivamente sulle parole perdendosi oltre l'80% dell'intera sfera comunicativa. La Persuasione è l'arte di modificare l'atteggiamento o il comportamento altrui attraverso uno scambio di idee. Nel primo libro saranno dunque analizzati tutti i principi affinché si possa capire come le varie tecniche possano successivamente funzionare. Il secondo libro analizza il Linguaggio del Corpo che rappresenta la parte più consistente della nostra comunicazione. Infatti chiunque comunica inconsapevolmente con il proprio corpo e i segnali inviati hanno una caratteristica unica: restituiscono sempre la verità. Il terzo libro si eleva su un livello spirituale e spiega il perché alcune persone riescano a comprendere meglio gli altri e a comunicare in modo più efficace. Il sesto senso, l'intuito, le sensazioni a pelle troveranno spiegazione nell'empatia e nell'intelligenza emotiva, nella capacità di riconoscere e analizzare le emozioni altrui. Durante le tre letture troverai vari esempi reali che avranno lo scopo di farti comprendere al meglio i principi attorno ai quali tutta la comunicazione ruota: come si comporta la mente umana come la mente reagisce agli stimoli esterni quali sono le principali tecniche persuasive come diventare un esperto nel leggere il linguaggio del corpo come diventare emotivamente intelligente VUOI DUNQUE IMPARARE UN ESPERTO DELLA COMUNICAZIONE EFFICACE? Vuoi finalmente essere preparato per ben figurare in una qualsiasi conversazione e capire istantaneamente pensieri ed emozioni altrui in modo da sapere aggiustare il tiro in rapporto alla situazione? ACQUISTA E DIVENTA UN PERFETTO COMUNICATORE... ORA!

Manuale di patologia razionale [di] G. Henle Maggioli Editore

Ti è mai capitato di tornare a casa dopo una discussione e di pensare alle infinite possibili risposte che avresti potuto dare? Oppure della sensazione

di non essere capito/a ? Hai mai provato a risolvere queste situazioni con l'assertività? Se sei curioso, scopri di più e continua a leggere... Comunicare in modo assertivo è una abilità molto importante, in grado di influenzare il tuo successo professionale, la stabilità della tua vita familiare e la tua felicità personale. "La comunicazione assertiva" si pone come obiettivo l'aiutarti a comunicare in modo più diretto e chiaro. Grazie agli esercizi pratici contenuti all'interno del libro, potrai sperimentare l'efficacia del contenuto di questo manuale. Verrai preso per mano e accompagnato in un percorso dall'autore di questo libro.

Manuale di didattica della filosofia Independently Published

Quante volte è successo di sentirti frainteso dal tuo interlocutore? Avresti voluto spiegarti meglio, ma le parole ti sono uscite solo quando era troppo tardi? Puoi usare il linguaggio più ricercato del mondo, ma se la persona con la quale stai interagendo non risponde come vorresti... beh, forse è arrivato il momento di approfondire la comunicazione assertiva. In questo manuale completo scoprirai come esprimerti al meglio per raggiungere qualsiasi obiettivo: acquisirai quella sicurezza che ti permetterà di dire NO e di ottenere il rispetto che meriti. A tutti piacerebbe dire la cosa giusta al momento giusto, ma pochi sanno come comunicare davvero. Ti sei mai chiesto, ad esempio, come mai il nostro corpo è dotato di due occhi, due orecchie e una sola bocca? Vedi, nella comunicazione dobbiamo osservare due volte, ascoltare due volte e parlare una volta sola. Se non ascolti e non osservi la persona con la quale stai comunicando, puoi stare tranquillo che la tua comunicazione NON sarà mai efficace quanto lo desideri. Questa è una sorta di metafora e allo stesso tempo è uno dei pilastri fondamentali della comunicazione che troverai in "Comunicazione assertiva" di Angela Rivoli: un volume unico nel suo genere che ti permetterà di diventare un abile comunicatore e un leader di tutto rispetto. Ecco cosa scoprirai all'interno del libro: * I 7 fondamentali dell'assertività: il segreto per integrarli nella tua routine * L'evoluzione di comunicazione e cervello: l'importanza dei neuroni specchio * Gli stili comunicativi nel dettaglio: qual è il tuo e come arrivare ad uno assertivo * Il linguaggio del corpo: ecco cosa dice il tuo interlocutore quando non parla * Come programmare la mente per comunicazione: le tecniche della PNL * L'arte dello storytelling: i trucchi per ottenere le reazioni desiderate dai tuoi interlocutori ...e molto di più, come ad esempio gli esercizi da svolgere alla fine di ogni capitolo: questo ti permetterà di ottenere i risultati desiderati nel minor tempo possibile. Cosa stai aspettando? Aggiungi il libro al carrello e impara a comunicare come avresti sempre desiderato!

Manuale di valutazione dei rischi psicosociali Maggioli Editore

No, l'assertività non è la (brutta) abitudine che spinge a imporre il proprio parere personale a colleghi di lavoro, amici e - perché no? - anche al partner. La comunicazione efficace è l'abilità sociale di cui hai bisogno per imparare a esprimere i tuoi sentimenti senza sentirti sbagliato o inadeguato; ma è anche la possibilità di intrattenere conversazioni significative con chiunque entri nella tua vita, anche se per un tempo limitato. L'assertività disinnesca la rabbia e la frustrazione accumulate nel corso del tempo, e ti fornisce strumenti funzionali per essere felice anche nei periodi negativi. Non lo credi possibile? Il manuale che stringi tra le mani è frutto di una reinterpretazione in chiave psicologica delle migliori tecniche di comunicazione efficace e crescita personale. Tra esercizi ed esempi pratici, cenni di comunicazione non verbale e strategie per gestire le tue emozioni, verrai guidato alla scoperta di un oceano sommerso fatto di comprensione, altruismo e rispetto di te stesso. L'assertività è infatti il jolly di cui hai bisogno per imparare a dire di no senza provare senso di colpa e per conoscere lati del tuo carattere che ancora non sai di avere. Curioso di saperne di più? Nel dettaglio apprendrai: - Come gestire i giudizi degli altri (e perché) - Le tecniche comunicative con cui disinnescare i conflitti... anche sul posto di lavoro! - I tre stili comunicativi: passivo, aggressivo e assertivo. E tu, quale usi nel corso della routine quotidiana? - Il ruolo che la forza di volontà gioca nella definizione di noi stessi e dei nostri obiettivi di vita - Tutti i segreti dell'arte di farsi rispettare - Molto altro!

Comunicazione Assertiva Ed Efficace 3.0 Youcanprint

2000.1414

La comunicazione autentica. Negli affetti, al lavoro, nei conflitti Lulu.com

Il corpo "parla", è un fatto scientifico, e ci sono gesti ed espressioni non verbali molto difficili da controllare, se non si sa come farlo. Conoscere e sfruttare il linguaggio del corpo a proprio vantaggio, può conferire un potere enorme a chi lo fa, in tanti campi della vita di tutti i giorni: lavoro, amore, vita privata. Studiare la comunicazione non verbale potrà garantirti tanti vantaggi pratici: intanto, capirai al volo chi ti circonda, anche quando mente o non parla; inoltre, non ti farai più manipolare da chi vuole sfruttare a suo vantaggio il manifestarsi delle tue emozioni. Grazie a questo libro imparerai cosa è la comunicazione emotiva e, soprattutto, come comunicare efficacemente, in modo pratico e divertente. È vero, ci sono tanti libri sul linguaggio del corpo, ma nessuno come questo ti spiega le cose in modo facile e diretto, senza giri di parole inutili e senza fuffa inutile. Questa guida,

pratica e ricca di esempi, ti farà riflettere e ti farà imparare cose nuove, preziose e sorprendenti, che potrai sfruttare subito, nella vita di tutti i giorni. Cosa imparerai grazie a questo libro: . I segreti del linguaggio del corpo . I segreti della comunicazione emotiva . I segreti della comunicazione assertiva . I segreti della comunicazione persuasiva . I segreti della comunicazione cooperativa . Come comunicare in modo efficace . Come esprimersi con il linguaggio del corpo . Come comprendere il linguaggio del corpo altrui . Come scoprire le menzogne . Come parlare in pubblico con il linguaggio del corpo Per chi è questo libro: . Persone insicure ed emotive o istintive ed impulsive, che vogliono imparare a controllarsi ed esprimersi in modo efficace; . Persone comuni, in generale, interessate a migliorare nella comunicazione personale; . Imprenditori, Manager e Impiegati in attività front-office e back-office; . Venditori, Rappresentanti e Agenti di Commercio; . Liberi professionisti in generale , che vogliono migliorare la propria immagine; . Avvocati . Politici . Docenti . Studenti

Manuale facile dell'Operatore Socio Sanitario (O.S.S) - Quarta Edizione Manuale di comunicazione assertivaManuale di Comunicazione Assertiva

Tutti se ne stanno accorgendo: è difficile essere ascoltati e compresi nella società odierna dove la comunicazione si fa sempre più complessa. La tecnologia, il web ed i social network ci hanno reso tutti molto concorrenziali, ma non per questo meno indispensabili per chi voglia farsi conoscere. Il nostro mondo è fatto di relazioni, ma siamo in un'epoca dove tutti cercano di manipolare gli altri. Tuttavia sappiamo che la maggior parte delle persone non sono così abili nel gestire le relazioni interpersonali e hanno bisogno di fare affidamento sulla manipolazione per ottenere quello che vogliono dalla gente intorno a loro. "Comunicazione Assertiva" può essere considerato come il manuale del perfetto comunicatore. Contrariamente alle tecniche tradizionali della comunicazione assertiva, questa guida ti fornisce informazioni sulle tattiche per far valere la propria posizione e perché no, anche convincere gli altri. Il libro ti spiegherà anche come ottenere quello che desideri attraverso le tecniche proibite di Manipolazione della mente umana. Ecco cosa imparerai leggendo questo manuale: * I 10 comandamenti della comunicazione assertiva* Il ruolo della comunicazione, la sua importanza e perché è fondamentale farlo in modo efficace * I 3 stili della comunicazione (e quale dei 3 è il modello migliore) * Come coniugare la comunicazione assertiva con il linguaggio del corpo e con le soft skills professionali * L'aspetto psicologico della comunicazione assertiva * Esercizi per passare dalla teoria alla pratica e iniziare davvero a comunicare in modo assertivo ...oltre a questo troverai tecniche di manipolazione per influenzare al meglio i tuoi interlocutori e far valere ancora di più le tue idee. Cosa aspetti quindi? Scorri verso l'alto e aggiungi al carrello questa guida per iniziare subito a migliorare la tua comunicazione!

Comunicazione Assertiva Area51 Publishing

239.268

Psicologia della comunicazione. Un manuale introduttivo Pearson UK

Sei alla ricerca di un testo completo per esplorare il mondo della comunicazione interpersonale? Questo libro è l'unione delle due principali opere di successo di Giulia Nobili: Intelligenza Emotiva: come gestire le emozioni e migliorare qualsiasi relazione Comunicazione Assertiva: come esprimersi senza timore e farsi rispettare in ogni occasione Sarà un viaggio completo per comprendere appieno tutti i meccanismi che entrano in gioco quando si cerca di comunicare nel modo più efficace possibile. Nel primo libro l'autrice tratterà l'Intelligenza Emotiva, cioè l'arte di gestire le emozioni per esprimere al meglio il tuo potenziale: riuscirai a controllare i tuoi stati d'animo e a migliorare qualsiasi relazione, anche quelle più complicate. La verità è che un quoziente intellettuale altissimo non mette al riparo da grandi fallimenti, come la crisi di un matrimonio o la rottura di rapporti lavorativi importanti. E' necessaria un'altra forma di intelligenza. Nel secondo libro sarà invece analizzata la Comunicazione Assertiva, una tecnica comunicativa utile per superare le insicurezze e l'imbarazzo in tutte le situazioni: sul lavoro, per interagire con un capo esigente, convincere clienti difficili, lavorare efficacemente in team. Un libro adatto a coloro che sentono di non riuscire a dire tutto ciò che pensano. Dopo averlo letto, diventerai più coraggioso, espressivo, autentico. Ecco alcuni dei contenuti che troverai all'interno di questo manuale: Come prendere il controllo di una qualsiasi conversazione Come correggere quel fastidioso istinto a scusarsi sempre Come gestire le tue emozioni, anche quando sono forti e distruttive (come la rabbia o l'invidia) Come risolvere qualsiasi conflitto, sia nella vita personale sia in quella lavorativa (i tuoi colleghi rimarranno a bocca aperta) Come farsi rispettare in ogni occasione senza prevaricare Come eliminare il rimorso, l'ansia e le preoccupazioni legate a ciò che gli altri pensano di te Come coltivare la tua autostima e reagire in modo assertivo a molte situazioni quotidiane e lavorative Questo manuale è l'occasione perfetta per poter avere un quadro completo della Comunicazione Efficace e riuscire ad emergere tra la folla, a comprendere istantaneamente il prossimo e a controllare qualsiasi conversazione. Utile sia nella vita di tutti i giorni, sia in ambito lavorativo. Quindi, non perdere tempo. Acquista ora la tua copia per imparare a comunicare efficacemente!

Related with Manuale Di Comunicazione Assertiva:

- 3 Wire Tail Light Wiring Diagram : [click here](#)