

# Comunicazione efficace: essere Assertivi

L'assertività è la capacità di **relazionarsi** con gli altri in modo adeguato, **senza ansia o paura**, nel pieno rispetto di sé e degli altri.

Sviluppare la capacità assertiva vuol dire saper padroneggiare le **abilità sociali verbali e quelle non verbali**, che hanno un effetto di grande intensità nell'interlocutore. Una persona assertiva può guardare il mondo con sicurezza, con una postura salda, aperta e disponibile all'altro, la voce piena e sonora, i movimenti calmi e decisi.

Essere assertivi però significa anche **"pensare" assertivamente**, perché le modalità con cui interagiamo e comunichiamo sono determinate dal nostro modo di interpretare la realtà, il nostro modo di ragionare, le nostre opinioni ed idee, gli atteggiamenti e le aspettative verso noi stessi e gli altri.

Il Training di Assertività consente di apprendere sia da un punto di vista teorico che esperienziale, abilità sociali che favoriscono la gestione di relazioni interpersonali. La finalità principale è offrire ai partecipanti uno strumento che possa favorire la consapevolezza corporea ed emotiva, nonché essere una risorsa operativa per il proprio Benessere.

Il corso prevede sei incontri della durata di due ore ciascuno, dalle 19:00 alle 21:00, presso l'Associazione Centro di Psicologia e Psicoterapia Funzionale in via Vicenza, 12/a - PADOVA.  
*Si prega di indossare un abbigliamento comodo (tuta e calzini)*

**Il corso ha ottenuto 15 crediti ECM per le professioni di Medici (tutte le discipline), Psicologi (tutte le discipline), Fisioterapisti, Infermieri professionali, Infermieri pediatrici, Ostetriche, Educatori professionali, Assistenti sanitari, Terapisti della neuro e psicomotricità**

## Adesioni e iscrizioni

Il costo dell'iscrizione è di 200 euro. Per studenti e specializzandi è di 180 euro. Per iscriversi, inviare in una e-mail a [r.pinetti@psicoterapiafunzionale.it](mailto:r.pinetti@psicoterapiafunzionale.it) la scheda di iscrizione e la ricevuta del bonifico bancario, con specificato nella causale il proprio nome.

Il bonifico va intestato a:  
Associazione Centro di Psicologia e  
Psicoterapia Funzionale - Istituto SIF  
UNICREDIT BANCA  
Filiale di Padova Via Verdi  
IBAN: IT 28 Y 02008 12123 000100438593

## Programma

### 1° INCONTRO – 8 novembre

Modalità comunicative: passiva, assertiva, aggressiva

### 2° INCONTRO - 15 novembre

Autostima e diritti assertivi: due preziosi alleati

### 3° INCONTRO - 22 novembre

La comunicazione verbale e non verbale nella relazione

### 4° INCONTRO - 29 novembre

La consapevolezza di sé

### 5° INCONTRO – 6 dicembre

Distinguere due tipologie di critiche

### 6° INCONTRO – 13 dicembre

Assertività: la mia nuova capacità

## Docenti

### Dott.ssa A. Di Natale

Psicologa, Psicoterapeuta Cognitivo – Comportamentale. Svolge attività clinica e di ricerca presso il Servizio di Psicofisiologia per i Disturbi d'Ansia e Psicosomatici. Conduce training assertivi per insegnanti, psicologi e studenti universitari. Si occupa di formazione per genitori.

### Dott. L. Rizzi

Psicologo, Psicoterapeuta Funzionale, socio S.I.F., svolge interventi in ambito clinico individuali e di gruppo con adulti e adolescenti. Ha seguito la formazione presso il Touch Research Institute di Miami sul massaggio ai prematuri e in gravidanza. Ambiti di lavoro: corsi di benessere (stress lavoro correlato); progetti di formazione in aziende sanitarie; interventi ed analisi sul benessere organizzativo e lavorativo.

### Dott.ssa R. Pinetti

Psicologa, Psicoterapeuta Funzionale, socia S.I.F., tutor allievi e assistente docente per la S.E.F. Svolge interventi in ambito clinico (consulenze, sostegno e psicoterapia) con adulti, adolescenti e bambini. Si interessa, inoltre, di Psicologia Giuridica con una formazione specifica nelle consulenze tecniche in ambito peritale nei casi di separazione e affidamento e di danno alla persona

### Dott.ssa V. Marchesini

Psicologa, Psicoterapeuta Funzionale, svolge interventi in ambito clinico individuali e di gruppo con adulti e adolescenti: diagnosi, consulenze, sostegno e psicoterapia. Svolge attività di psicoterapia di coppia, percorsi di benessere e accompagnamento alla gravidanza individuali e di gruppo, consulenze sulla genitorialità, consulenze tecniche in ambito giuridico nei casi di separazione e affidamento di minori e valutazione del danno psichico.

## SCHEDA DI ISCRIZIONE

Nome.....  
Cognome.....  
Data di nascita.....  
Luogo di nascita.....  
Residenza: via.....n.....  
CAP.....Città.....Provincia.....  
Domicilio (se diverso dalla residenza):  
via.....n.....  
CAP.....Città.....Provincia.....  
Professione.....  
P.iva/C.F.....  
Ente di appartenenza.....  
E-mail.....  
Cell.....

Richiedo i crediti ECM:  SI/NO

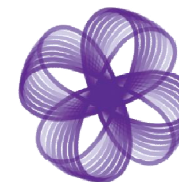
Sono interessato a ricevere informazioni sulle attività del Centro:  SI/NO

In allegato invio copia della ricevuta del bonifico bancario

Autorizzo al trattamento dei miei dati, Ai sensi del **D.Lgs. n. 196/2003**

Padova, il .....

Firma.....



Associazione

**CENTRO DI PSICOLOGIA E  
PSICOTERAPIA FUNZIONALE**

**Istituto S.I.F. di Padova**

Presidente: Dott. Giuseppe Rizzi  
Vicepresidente: Dott.ssa Roberta Rosin

[www.psicoterapiafunzionale.it](http://www.psicoterapiafunzionale.it)

[info@psicoterapiafunzionale.it](mailto:info@psicoterapiafunzionale.it)

Per informazioni contattare  
**lo Sportello informativo:**

dal lunedì al venerdì dalle 9:00 alle 19:00

Tel 049.7389287

Fax: 049.723961



In collaborazione con la  
S.I.F. "SOCIETÀ ITALIANA DI  
PSICOTERAPIA FUNZIONALE"  
e con la  
S.E.F. "SCUOLA EUROPEA DI PSICOTERAPIA  
FUNZIONALE"

([www.psicologiafunzionale.it](http://www.psicologiafunzionale.it))

Sedi: Padova, Napoli, Firenze, Roma, Catania

# COMUNICAZIONE EFFICACE: ESSERE ASSERTIVI



**PRIMO INCONTRO 8 NOVEMBRE**

15, 22, 29 Novembre  
6 e 13 Dicembre 2012

Ore 19.00-21.00