



Germano Mondino - Tel. 329.649.7346

Professional Coach - Wellness Counselor www.creabenessere.it -
studio@creabenessere.it

Studio: Via Provinciale 6 - Parella Canavese (TO)

Iscritto nel registro dei Counselor Trainer della SIAF e all'Associazione Italiana Health Coaching (AIHC). Professionista disciplinato ai sensi della Legge 4/2013

Comunicazione Empatica Efficace

Miglioriamo la scuola incrementando la capacità comunicativa ed empatica dei docenti, per una didattica più efficiente e un miglior clima scolastico.

PREMESSA

Poiché gli insegnanti rappresentano "le risorse" del sistema educativo, il successo del sistema dipende dalla "qualità" della direzione e del corpo docente stesso.

In particolare si evidenzia che le loro competenze relazionali sono di fondamentale importanza per l'efficacia didattica, poiché se l'insegnante è empatico in classe e collaborativo con i colleghi, gli alunni risultano più motivati e performanti: un ambiente empatico incoraggia gli studenti a collaborare tra loro e con l'insegnante, favorendo l'apprendimento.

La comunicazione empatica efficace è uno strumento che migliora il modo in cui gli insegnanti interagiscono con la dirigenza, tra di loro e con i loro studenti. Non si tratta di "essere gentili", ma di comprendere profondamente le esigenze, le emozioni e le prospettive di colleghi e studenti, al fine di creare un ambiente di apprendimento piacevole, produttivo e accogliente.

Ciò che rende possibile tutto questo è l'empatia: lo sviluppo dell'empatia è il punto focale della Comunicazione Empatica Efficace.

INTRODUZIONE AL CORSO

Chi sa comunicare è in grado di fare in modo che il messaggio arrivi a destinazione con assertività, in modo empatico, nel rispetto di se stesso e dell'interlocutore.

Quindi saper comunicare significa essere in grado di confrontarsi, esprimere le proprie idee, i propri disaccordi, saper proporre le proprie soluzioni in modo empaticamente colloquiale. Significa saper parlare un linguaggio che non giudica, basato sull'onestà e sulla comprensione: un linguaggio che ci permette di esprimere amorevolmente ogni forma di concetto e di creare relazioni autentiche e profonde. Tutto questo è benessere relazionale: una condizione di serenità interiore che incrementa il benessere psico-fisico delle persone.

Alcune categorie di persone/attività che hanno richiesto il servizio: ✓
insegnanti per:

- superare le difficoltà relazionali all'interno della struttura di appartenenza;
- incrementare la loro capacità di gestire la relazione con gli alunni e tra gli alunni;
- migliorare le relazioni insegnanti/genitori;
- ridurre lo stress e prevenire il burnout;

- ✓ medici veterinari: per migliorare la relazione tra i colleghi medici e tra medico e cliente;
- ✓ avvocati: per migliorare la loro capacità comunicativa e relazionale in ambito forense (accreditato dal CNF);
- ✓ farmacie: per migliorare la relazione con il cliente e tra i colleghi farmacisti; ✓ piccole e medie imprese per:
 - risolvere conflitti interni e migliorare il clima aziendale;
 - rendere più efficace la leadership delle risorse più significative;
 - migliorare la comunicazione interna ed esterna;
- ✓ estetiste: per migliorare la relazione con il cliente e tra i colleghi;
- ✓ donne e uomini: per ravvivare la relazione affettiva con il partner e superare le difficoltà familiari (con i figli propri e non, con i suoceri).

DESCRIZIONE

E' un corso di comunicazione esperienziale basato sulla CNV (Comunicazione Non Violenta, detta anche linguaggio Giraffa), sulla Comunicazione Efficace di Thomas Gordon, e sull'intelligenza emotiva:

La CNV, ideata da Marshall Bertram Rosenberg (1934 – 2015), e la comunicazione efficace di Thomas Gordon (1918 – 2002), sono metodi di comunicazione che permettono alle persone di relazionarsi e risolvere i conflitti in modo empatico e pacifico. I metodi prevedono lo sviluppo delle capacità di: osservazione senza giudizio, ascolto attivo, esternazione delle proprie emozioni, espressione dei bisogni e di formulazione delle richieste necessarie al soddisfacimento degli stessi.

L'intelligenza emotiva è la capacità di identificare e gestire le emozioni e i sentimenti propri e degli altri. Capacità necessaria per affrontare le diverse situazioni che la vita ci propone. Questo tipo di intelligenza ci permette di intraprendere relazioni positive con gli altri e di avere comportamenti socializzanti. Avere competenze emotive significa essere in grado di favorire scambi comunicativi, avere capacità di problem-solving e stimolare il pensiero costruttivo. In mancanza di intelligenza emotiva il potenziale dell'individuo è bloccato: la lucidità mentale è presente solo in assenza di condizionamenti emozionali (per esempio i sentimenti di ripicca, invidia o gelosia bloccano e/o deviano l'attività mentale, impedendoci di mantenere il focus sull'obiettivo).

Il programma didattico non si focalizza unicamente sull'insegnamento di abilità comunicative, bensì incoraggia l'evoluzione interiore mediante un approfondito lavoro introspettivo: si persegue un'azione di auto-miglioramento e consapevolezza di sé. Ogni percorso è personalizzato in base agli obiettivi comunicativi e relazionali preposti, attingendo a una varietà di discipline olistiche, come il Coaching, il Counseling, la Floriterapia di Edward Bach, tecniche di visualizzazione ed esercizi per la crescita personale e spirituale.

OBIETTIVI

L'obiettivo del corso è a facilitare lo sviluppo:

- ✓ dell'autoconsapevolezza emotiva: imparare ad entrare in contatto con se stessi, esplorare il "mondo interiore" ed identificare le emozioni/sentimenti che viviamo;
- ✓ dell'autocontrollo emotivo: imparare a gestire il "mondo interiore" assumendosi le responsabilità delle proprie emozioni;
- ✓ della capacità di comunicazione: sapersi esprimere in ogni contesto;
- ✓ dell'assertività: essere persuasivi e soddisfare i propri bisogni nel rispetto dell'interlocutore;
- ✓ della capacità di gestione dei conflitti: essere in grado di facilitare la soluzione del contrasto in modalità "win win";

- ✓ delle capacità collaborative: sentirsi bene in ogni contesto collaborativo, consapevoli di avere gli strumenti per chiarire e accordarsi o scegliere di non accordarsi in tutta serenità;
- ✓ dei valori che sottendono la comunicazione empatica ed efficace: ascolto attivo, comprensione e rispetto, autenticità, non giudizio e capacità di mettersi nei panni degli altri;
- ✓ della leadership empatica: ispirare e motivare attraverso azioni concrete basate sui valori.

RISULTATI ATTESI

Nella scuola il miglioramento del clima in classe e delle relazioni dovuto all'incremento della capacità empatica degli insegnanti genera:

- ✓ maggiore fiducia, rispetto e collaborazione degli allievi;
- ✓ riduzione dei conflitti a seguito dell'aumento della capacità di ascolto e comprensione dell'insegnante;
- ✓ aumento della disciplina degli alunni come conseguenza dell'emulazione del modello proposto dall'insegnante (l'intelligenza emotiva si apprende per emulazione e immergendosi in un ambiente empatico);
- ✓ incremento del rendimento scolastico: l'allievo, nel sentirsi considerato nella sua unicità è maggiormente disponibile allo studio in quanto "nutrito" nell'animo;
- ✓ aumento dell'efficacia dell'insegnamento: una conoscenza più approfondita degli studenti consente di adattare la didattica in modo mirato, in funzione delle specifiche difficoltà di apprendimento riscontrate;
- ✓ riduzione dello stress e rischio burnout del docente: l'insegnamento risulta più agevole e trae maggiore soddisfazione sia in aula che nei rapporti con i colleghi.

Inoltre, la capacità di comunicare in modo efficace, di affrontare i conflitti in maniera costruttiva e di instaurare legami interpersonali sani, si riflette positivamente sulle dinamiche familiari, generando benefici osservabili in ogni relazione di carattere affettivo.

PROGRAMMA DEL CORSO

- Introduzione: Finalità e strutturazione del percorso, Presentazione dei partecipanti e ascolto dei loro obiettivi, Cosa significa saper comunicare.
- Umore, emozioni, sentimenti, passioni: Robert Plutchik e le emozioni primarie, Esprimere le emozioni, Assumersi la responsabilità dei propri sentimenti.
- L'intelligenza emotiva: Che cos'è l'intelligenza emotiva e come svilupparla, La "presenza" come fulcro per lo sviluppo, Abilità e competenze relative all'intelligenza emotiva.
- Armonia interiore e intelligenza emotiva: Come l'armonia interiore ci predispone all'empatia.
- Sviluppare l'empatia: Apprendere e applicare strategie di self-questioning mirate al miglioramento relazionale, Allenare l'empatia, Il ruolo della gratitudine nello sviluppo dell'empatia.
- Differenti aree di comunicazione:
 - Quando l'interlocutore ha un problema: L'ascolto attivo, Le barriere della comunicazione.
 - Quando io ho un problema: La comunicazione non violenta, L'osservazione, Differenziare i fatti dalle opinioni, L'espressione dei sentimenti, La percezione delle emozioni, L'espressione dei bisogni, Collegare la rabbia ai bisogni insoddisfatti, L'espressione delle richieste, Come ci si esprime in CNV.
- Come rendere la comunicazione efficace: Assertività nella comunicazione.
- Coerenza e comunicazione: I feedback, Esprimere i feedback in modo empatico, Celebrare in "giraffese".
- La gestione dei conflitti: Le skills per risolvere i conflitti, I messaggi in prima persona, Il metodo senza perdenti, "Sciogliere" i conflitti sul nascere.

- Gestione delle situazioni “impegnative”: Gestione delle obiezioni, Gestione dell’interlocutore fuori controllo, Gestione dell’interlocutore in stato di chiusura, Quando l’interlocutore ci dice “NO”.
- Applicare la Comunicazione Empatica Efficace nel quotidiano.

Note:

- il corso è corredato di dispensa riassuntiva; • si fornisce la registrazione audio degli incontri.

METODI, ORGANIZZAZIONE E COSTI

Il corso viene erogato, online su piattaforma Zoom, con durata di 16 ore, suddiviso in incontri settimanali della durata di 2 ore.

Negli incontri, mediante l'utilizzo di svariate discipline, i partecipanti vengono accompagnati nello sviluppo delle potenzialità e dei valori necessari per rendere empatica ed efficace la propria comunicazione.

L'esposizione dei concetti teorici è integrata con sessioni pratiche, volte a dimostrare l'applicazione concreta degli insegnamenti impartiti. Attraverso l'analisi e l'elaborazione di scenari relazionali reali, nonché l'esecuzione di esercizi, si persegue l'obiettivo di adattare il programma didattico alle specifiche esigenze dei partecipanti e ai traguardi prefissati.

A partire dal secondo incontro, vi è un momento di debriefing di 30 minuti. Durante questa sessione, i partecipanti potranno condividere l'applicazione pratica e le relative esperienze sugli argomenti trattati in precedenza: attività fondamentale per il consolidamento didattico.

Date: 20 e 27 gennaio, 3, 10, 17 e 24 febbraio, 3 e 10 marzo 2026, con orario dalle 17 alle 19.

Per ulteriori informazioni sulle modalità con cui viene erogato il percorso:
<https://www.creabenessere.it/comunicazione-empatica-efficace.html>

A CURA DI: Germano Mondino - Professional Coach e Wellness Counselor.

Di seguito una sintesi dei titoli acquisiti a seguito dei percorsi formativi effettuati nell'ambito del benessere psico-fisico e aziendale:

- ✓ Coach Professionista - presso il centro DURGAFORMAZIONE - Torino 2019
- ✓ Counselor - presso il CREDES (Centro Ricerche Evolutive dell'Essere) - Milano 2008
- ✓ Iridologo, Naturopata, Heilpraktiker - presso l'Accademia Nazionale di Scienze Igienistiche Naturali "G.Galilei" -Trento 1999

Nell'ambito delle imprese mi occupo del miglioramento del clima aziendale e dell'armonizzazione dei team, incrementando i valori umani del personale attraverso lo sviluppo delle competenze di comunicazione. I miei 15 anni di attività nelle piccole e medie industrie e l'esperienza ventennale nel campo del benessere psico-fisico, mi hanno permesso di sviluppare le competenze necessarie per migliorare la produttività aziendale agendo sul benessere relazionale. Mediante consulenze e corsi di Comunicazione Empatica Efficace, miglioro il benessere relazionale delle risorse umane, con conseguente incremento della prosperità dell'azienda.

Presso il mio studio e in modalità online, effettuo:

- ✓ sessioni di Coaching per raggiungere obiettivi e acquisire nuove abilità sia in ambito privato che lavorativo (business);
- ✓ incontri individuali e corsi di Comunicazione Empatica Efficace al fine di migliorare le relazioni e la leadership del personale (miglioramento del clima aziendale e scolastico);
- ✓ sessioni di Counseling per accompagnare le persone in percorsi di guarigione e superare momenti di vita difficili;
- ✓ consulenze alle coppie in crisi e alle famiglie in difficoltà relazionale (con i figli, i suoceri...).

Ulteriori informazioni alla pagina:

<https://www.creabenessere.it/attivita-per-le-persone-e-le-aziende.html>



Sono a disposizione per ulteriori informazioni e chiarimenti. Germano Mondino - Tel. 329.649.7346



Professional Coach - Wellness Counselor www.creabenessere.it - studio@creabenessere.it

Sede legale: via Monte 5 - Bairo 10010 (TO)

P.IVA: 08254960019 - C.F. MNDGMN65C17L804B

Iscritto nel registro dei Counselor Trainer della SIAF e all'Associazione Italiana Health Coaching (AIHC). Professionista disciplinato ai sensi della Legge 4/2013