

Corso Online

Relazioni Interpersonali

Programma Generale del Corso di Relazioni Interpersonali

*A cura della Dott.ssa Gloria Colabufalo
Psicologa Psicoterapeuta Cognitivo-Comportamentale
Esperta in Psicologia del Lavoro e Psicologia Giuridica*

Modulo 1 – La Comunicazione Interpersonale

Il funzionamento della comunicazione interpersonali

Gli atti linguistici

L'analisi della conversazione

Tecniche di negoziazione

Modulo 2 – Il Pensiero e la Mente

L'empatia nelle relazioni interpersonali

L'intelligenza emotiva

Le emozioni

Quando una comunicazione fallisce

Modulo 3 – Gli Atteggiamenti e le Opinioni

Interpretare gli atteggiamenti

La paura e gli atteggiamenti difensivi

La comunicazione persuasiva

Meccanismi di utilizzo della persuasione

Modulo 4 – Le Relazioni Interpersonali

Pensiero e linguaggio nelle relazioni interpersonali

Tipi di linguaggio e modalità di utilizzo

Migliorare le relazioni con le teorie psicologiche Naives

Modulo 5 – La Relazione con se stessi

La tecnica dell'ABC

Le euristiche e le credenze disfunzionali

La psicologia dei costrutti interpersonali

Modulo 6 – La Gestione dell'Ansia nelle Relazioni con gli Altri

Ansia: segni e sintomi comportamentali

Le strategie difensive

Modulo 7 – Come migliorare la Relazione con se stessi e con gli altri

L'assertività

La metacognizione

Comprendere e gestire il conflitto

Scopi e intenzioni nelle relazioni interpersonali