

PRIMO ANNO ACCADEMICO 2023/2024

SPECIALIZZAZIONE COMUNICAZIONE



1° MODULO

"MODELLI E PROCESSI MENTALI"

Come funziona la tua mente?

Come ottimizzare le varie tipologie di processi che utilizziamo quotidianamente e sfruttarne le straordinarie potenzialità, per metterle al servizio di una modalità di comunicazione consapevole, attiva in ogni circostanza e contesto.

2° MODULO

"EMOZIONE E COMUNICAZIONE"

Conoscere e riconoscere l'influenza che le emozioni hanno sulla comunicazione verso se stessi e gli altri significa riuscire a esprimere i propri bisogni in modo autentico e fruttuoso e, allo stesso tempo, disporsi con le medesime qualità all'ascolto verso l'altro. Apprendere come individuare e gestire blocchi emozionali, convinzioni obsolete e memorie distorte, consente all'intelligenza emotiva di fluire, libera da pensieri negativi, paure, sofferenze e tutto ciò che indebolisce. Aprirsi a nuove opportunità di comunicazione, permette di orientarsi su ciò che invece dà forza e fa pensare e agire positivamente.

3° MODULO

"VERSO UNA MENTE AMICA"

Esplorare le connessioni tra percezioni e stati di coscienza.

Approfondire la relazione tra pensiero e realtà lungo la linea del tempo.

Sviluppare una comunicazione centrata nel qui e ora, libera dalle zavorre del passato e del futuro, aperta a un ascolto autentico verso se stessi e verso l'altro.

4° MODULO

"ESSERE PER COMUNICARE"

In questo modulo si impara a identificare i movimenti interiori che favoriscono l'emergere delle risorse e dei talenti da mettere al servizio della "Mission" personale, inserita nella più ampia visione del benessere collettivo.

Con l'ausilio di tecniche di meditazione e rilassamento, inoltre, si darà spazio a ciò che è vero e ha valore nel profondo, consentendo all'intelligenza più autentica di fluire, a beneficio della qualità della vita di se stessi e degli altri



PRIMO ANNO ACCADEMICO 2023/2024

