TITOLO DEL CORSO

COMUNICARE E RELAZIONARSI EFFICACEMENTE

DURATA IN ORE	3,5
DATA INIZIO DEL CORSO	04 maggio 2026
DATA TERMINE DEL CORSO	04 maggio 2026
METODOLOGIA	✔ AULA ☐ LABORATORIO ☐ FAD
DESTINATARI	Lavoratori dipendenti di aziende iscritte all'Ente Bilaterale del Terziario di Bergamo.
N. MINIMO PARTECIPANTI	4
OBIETTIVI	La pillola formativa ha l'obiettivo di sviluppare una maggiore consapevolezza comunicativa nei rapporti di lavoro, migliorando la capacità di esprimersi con chiarezza, ascoltare l'interlocutore e gestire in modo costruttivo le relazioni professionali. L'incontro intende fornire ai partecipanti alcune tecniche base per rendere la comunicazione più efficace, prevenire incomprensioni e favorire interazioni più positive con colleghi, collaboratori e clienti. Il percorso è finalizzato a rafforzare competenze relazionali utili nella quotidianità lavorativa, con un approccio pratico e immediatamente spendibile.
CONTENUTI	Elementi base della comunicazione efficace: chiarezza, ascolto e coerenza del messaggio. Ascolto attivo e comprensione dell'interlocutore: attenzione, restituzione e gestione del confronto. Comunicazione verbale e non verbale: tono, atteggiamento e modalità espressive. Comunicazione assertiva: come esprimere richieste, osservazioni e punti di vista in modo efficace e rispettoso.
DOCENTI	ALESSANDRA GRASSI
CALENDARIO LEZIONI	Calendario lunedì 4 maggio Orario: 13.00 - 16.30 È previsto il rilascio di un attestato di partecipazione a fine corso se raggiunta la frequenza dell'80% del monte ore totale del corso.
SEDE DEL CORSO (O PIATTAFORMA UTILIZZATA)	CONFCOMMERCIO FORMAZIONE OSIO SOTTO - Piazzetta Don Gandossi, 1
PER INFORMAZIONI	Referente: Sabrina Bianco - CAT Ascom Bergamo srl MAIL: info@ascomformazione.it TEL: 035/4185706-707