



Volontariato Ticino

Formazione per volontari e coordinatori di organizzazioni di volontariato

“STRATEGIE DI GESTIONE DELLA COMUNICAZIONE CON L’ALTRO NEI MOMENTI DI TENSIONE: quando i nervi sono a fior di pelle ma bisogna trovare un canale relazionale”

A casa, sul lavoro, nel tempo libero e nel tempo che dedichiamo agli altri possiamo trovarci all’improvviso di fronte a persone che hanno perso il controllo e che riversano su di noi le loro emozioni in maniera forte. La tensione e l’aggressione verbale è espressione di un importante disagio e chi la subisce può sentirsi e reagire in molti modi diversi. Abbandonare il contesto è una di queste possibili strategie, ma non sempre questo è possibile. A volte abbiamo bisogno di restare nella situazione e cercare di mantenere un canale comunicativo aperto. Come possiamo fare? In questo incontro parleremo di strategie che si possono attuare per uscire dalla situazione di stallo e cercare di ottenerne qualcosa di positivo.

Condizione: Deborah Micheli, infermiera con specializzazione in salute mentale

Massimo 12 partecipanti

Data: mercoledì 27 gennaio, ore 13.30-16.30 **online**

Costo: CHF 55.-

CHF 40.- per membri CVS

Iscrizioni: [entro il 23 dicembre](#) compilando il formulario online

Informazioni: info@volontariato.ch - tel. 091 970 20 11