



UNIVERSITÀ POPOLARE DEI CASTELLI ROMANI 

U.P.C.A.R. - VIA CAVOUR N. 21, 00044 FRASCATI (ROMA) – COD. FISC. 92016700582

TEL. SEGRETERIA 069424294 - FAX 0662276721 - INTERNET: WWW.UPCAR.ORG – E-MAIL: UPCAR@UPCAR.ORG

C/C POSTALE 85545283 - IBAN: IT 31 J 07601 03200 000085545283

L'Upcar è socia della Confederazione Nazionale delle Università Popolari Italiane, che ha personalità giuridica riconosciuta dal Ministero della Pubblica Istruzione, è iscritta all'Anagrafe Nazionale degli Enti di Ricerca, è accreditata quale Ente di Formazione ai sensi del DM 177/2001, è Socia dell'European Association of the Education of the Adults.

L'Upcar è iscritta all'Albo delle Università Popolari della Regione Lazio con determinazione n. 2221 del 30/6/2008 del direttore regionale istruzione, programmazione dell'offerta scolastica e formativa e diritto allo studio, pubblicata sul Bollettino Ufficiale Regione Lazio n. 27 del 21/7/2008, ai sensi della Legge Regionale 2/4/2007, n. 4 e s.m.i.

XIV anno accademico - 2009/'10

Laboratorio esperienziale sulle abilità comunicative e relazionali

Programma:

1- CONOSCERE E FARSI CONOSCERE

Comunicazione come costruzione di significati comuni; ascolto e comunicazione empatica; creatività ed immaginazione; socializzazione e interazione nel contesto.

2- EMOZIONI E RELAZIONI

Conoscere, esprimere e modulare le emozioni; dinamiche di relazione con l'altro; rappresentazioni sociali; sistemi di convivenza.

3- IDENTITA' E IMMAGINE DI SE'

Risorse e competenze relazionali; percezione di sé e dell'altro; negoziazione e cooperatività; fiducia e difese; stereotipi e pregiudizi; prosocialità e benessere.

Finalità:

Sensibilizzare i partecipanti, attraverso l'esperienza e le attività di gruppo, ad una riflessione sulle proprie risorse emotive e relazionali, che raramente trovano spazio per essere espresse e riconosciute, in un'ottica di promozione del ben-essere e miglioramento della qualità della vita.

Calendario: 16 incontri di due ore ciascuno, una volta a settimana

Contributo: € 240

Giorno: Giovedì

Orario: dalle 18 alle 20