

COMUNICAZIONE PNL E I TRE PRINCIPI

LE PAROLE NELLA COMUNICAZIONE

COMUNICAZIONE, PNL E 3 PRINCIPI

Prof. Carla Xella

LEZIONI: ore **16- 18**

Martedì 07.10.2025
Martedì 14.10.2025
Martedì 21.10.2025
Martedì 28.10.2025
Martedì 04.11.2025
Martedì 11.11.2025
Martedì 18.11.2025
Martedì 25.11.2025

Contributo € 90,00

**Le lezioni saranno in Via
Emilia 429 Aula Lingue**

COMUNICAZIONE, PNL E I 3 PRINCIPI

Prof. Carla Xella

LEZIONI: ore 16 - 18

Martedì 13.01.2026
Martedì 20.01.2026
Martedì 27.01.2026
Martedì 03.02.2026
Martedì 10.02.2026
Martedì 17.02.2026
Martedì 24.02.2026
Martedì 03.03.2026

Contributo € 90,00

**Le lezioni si terranno in
Via Emilia Est 429**

COMUNICAZIONE, PNL E I 3 PRINCIPI

Prof. Carla Xella

LEZIONI: ore **16 – 18**

Martedì 17.03.2026
Martedì 24.03.2026
Martedì 31.03.2026
Martedì 14.04.2026
Martedì 21.04.2026
Martedì 28.04.2026
Martedì 05.05.2026
Martedì 12.05.2026

Contributo € 90,00

**Le lezioni si terranno in
Via Emilia 429**

Quest'anno per il corso di comunicazione ho pensato di tenere come filo conduttore le parole, elementi essenziali della comunicazione.

Il laboratorio è molto interattivo. Alterneremo parti teoriche e parti pratiche, ma soprattutto chiacchiereremo a ruota libera, il miglior modo per appropriarsi di nuovi contenuti.

Conosceremo nuovi compagni di avventura, esploreremo territori sconosciuti e vedremo la vita in modo nuovo, divertendoci ad osservare come anche le cose più note, se guardate da un'altra angolazione, assumono connotazioni

completamente differenti.

L'approccio denominato "3 Principi", già molto noto nel mondo, è ancora poco conosciuto in Italia, così come il modello Inside-Out, mentre la PNL (programmazione neuro-linguistica) è già più conosciuta, soprattutto in ambito aziendale e professionale.

Se frequenterete tutti e tre i bimestri, avrete una formazione più completa e godrete al meglio delle interazioni con i compagni di corso, con i quali solitamente si crea un clima molto piacevole di condivisione ed amicizia. Se potrete fare anche solo una tappa vi porterete comunque a casa buona compagnia e competenze spendibili in tutti ambiti della vita.

1° bimestre – I SOSTANTIVI – I mattoni della comunicazione

Vedremo i principi base della comunicazione e della PNL, seguendo le suggestioni di alcune parole chiave.

2° bimestre – LE EMOZIONI – Cosa succede dentro di noi

Ci concentreremo sul mondo interiore e sulle emozioni principali, lasciando ampio spazio all'ascolto di sé e degli altri.

3° bimestre – I VERBI – LE AZIONI – Come ci muoviamo nel mondo

Ai pensieri e alle emozioni seguono le azioni. Ci confronteremo sui modi più funzionali e meno funzionali di affrontare gli accadimenti della vita.

I SOSTANTIVI – I mattoni della comunicazione

1. COMUNICAZIONE – STRUTTURA: Comunicazione Verbale / Para Verbale / Non Verbale.
2. IO – MOLTEPLICITA': Ogni Io è costituito da tante parti: noi siamo una folla
3. TU – PUZZLE: Anche l'altro è costituito di tante parti: sta a noi scoprirle e riordinarle come i tasselli di un puzzle per creare una figura intera
4. RELAZIONE – RECIPROCITA': Io e l'altro: se c'è relazione c'è comunicazione e reciprocità. La magia del rapporto
5. SENSI – MODALITA': Come percepiamo il mondo esterno: modalità e sub-modalità percettive
6. COLORI – CAPPELLI: Cosa vediamo della realtà intorno a noi: 6 cappelli per pensare, che ci aiutano a vedere le cose da differenti punti di vista e ad essere più flessibili nell'affrontare la vita
7. VALORI – CONVINZIONI: I binari su cui corre il treno della nostra vita
8. MOTIVAZIONI – TALENTI: Come far germogliare il seme che è in noi e farne una pianta robusta

LE EMOZIONI – Cosa succede dentro di noi

1. PAURA
2. RABBIA
3. TRISTEZZA
4. DISGUSTO
5. SORPRESA
6. GIOIA
7. VERGOGNA
8. GRATITUDINE

I VERBI – LE AZIONI – Come ci muoviamo nel mondo

1. PENSARE
2. SENTIRE
3. SUBIRE
4. AGIRE (non re-agire)
5. ASCOLTARE
6. PARTECIPARE
7. SOSTENERE
8. ESSERE – ESSERCI