**Programma Corso Formazione** *“Rigenerarsi e rimettersi in gioco”*

Docente: *Pettinà Maristella*

**Possibili argomenti:**

1. Il **Gruppo**: cosa vuol dire *“essere gruppo”* e *“fare gruppo”*?
2. L’importanza di **“Saper Ascoltare”**
3. La **Comunicazione**: lo strumento principale di relazione
4. L’analisi dei **conflitti** nella vita di gruppo
5. Libertà dalle **Paure**
6. **L'Autostima:** la percezione di sé stessi
7. Vivere e sentire le **Emozioni**

Lanzè, 11 giugno 2020 Maristella Pettinà