

## Dicono di noi

### **“L'ARTE DELLA COMUNICAZIONE E GLI STILI DI COMUNICAZIONE”** *Corso di 2 giornate per capire e sperimentare le proprie competenze relazionali e i propri stili di comunicazione*

**4<sup>a</sup> edizione Progetto Formazione Quadri**  
13-14 gennaio 2009

Al termine dei nostri corsi e percorsi formativi distribuiamo ai partecipanti una **scheda di valutazione** per avere un **feedback** “a caldo” e sapere cosa hanno acquisito durante l'esperienza.

A questo percorso di due giornate ha partecipato un gruppo di 12 Quadri aziendali di un'industria italiana d'eccellenza nel campo dell'automazione, sicurezza, trasporti, difesa, spazio e informatica, con l'obiettivo di sviluppare la capacità di relazionarsi in modo sicuro e convincente, attivando un buon ascolto per entrare in sintonia con i propri interlocutori, esercitando un impatto positivo e dinamico.

Dalle loro schede di valutazione è emerso quanto segue:

### **Abbiamo chiesto:**

#### **1. Quali novità hai più apprezzato?**

- Il corso è molto innovativo in generale
- La competenza della docenza in linea con gli obiettivi del corso
- Indicazioni e metodologie per una comunicazione efficace
- Informazioni e strategie che non conoscevo, possibilità di esprimermi liberamente
- Curiosità, divertimento e interesse
- L'identificazione degli stili comportamentali con il metodo Energy and Colours (+ le maschere)
- Emozioni nuove, maggiore attenzione agli altri
- Mettersi in gioco, trasmettere emozioni
- Che si trasmette molto con il corpo
- Consapevolezza maggiore dei miei limiti di comunicazione
- La possibilità di osservarsi dall'esterno
- La metodologia adottata
- Ho potuto guardare dentro me stesso
- La sensazione di poter migliorare il mio rapporto con gli altri
- Piacevole confronto su tematiche attuali e poco approfondite
- L.N.V. (non sapevo fosse così importante)
- Mi ha interessato, stimolato
- Coinvolge aspetti del mio carattere che non conoscevo
- Razionalizzare e migliorare la conoscenza di me stesso e degli altri
- Approfondimento di stili comportamentali
- Analisi del proprio comportamento nella relazione con gli altri
- L'esperienza di esporre e successivamente rianalizzare i propri atteggiamenti
- Essermi sentito più a mio agio nelle esposizioni nel secondo giorno
- Chiara evidenza delle diverse forme di energia
- Avrei gradito una giornata ulteriore.

#### **2. Quali pensieri hai avuto? Su di Te? Sugli Altri? Su quello che stavi facendo?**

- Gli altri sono un mondo da scoprire, fatto di gesti e di emozioni e non solo di parole
- Mi ha colpito riscontrare le differenze tra l'immagine che ho di me e quella che hanno rilevato gli altri
- Disponibilità a mettersi in gioco
- Ho trovato ottimo il livello di partecipazione
- Ho cercato di concentrarmi

## servizi di consulenza, comunicazione e formazione alle aziende

- Devo lavorare su “rosso” e “blu”
- Maggiore consapevolezza di essere un verde
- Utile per conoscere meglio me stesso e le relazioni che imposto con gli altri
- Sono stati tutti molto coinvolti e collaborativi
- Ero ansioso di imparare e scoprire nuove realtà della comunicazione
- E' tutto nuovo
- Mi sono riconosciuto criticamente
- Mi coinvolgeva scoprirmi sempre di più
- Devo lavorare sul controllo della parte di comunicazione non verbale per migliorare nelle relazioni con gli altri
- Molti hanno ottime capacità di controllo del corpo
- Molto utile per analizzare le proprie esperienze passate
- Positivo ed efficace.

### **3. Pensi che la metodologia sia risultata utile? Per quale ragione?**

- Ritengo il metodo molto utile in quanto ho potuto apprezzare come certe tecniche teatrali siano un utile strumento per aiutarci a conoscere meglio noi stessi
- Penso che la metodologia sia molto utile, perché parte dall'esperienza pratica per far comprendere concetti teorici di comunicazione e per aiutare a conoscere maggiormente se stessi
- Sì, in quanto molta pratica diretta
- Sì, perché facilmente “interiorizzabile” e “applicabile”
- L'approccio di gruppo e di analisi audio-video è molto efficace perché permette di capire atteggiamenti e stili di comunicazione
- Sì, permette una forte esposizione
- Il metodo è utile nel suo complesso in quanto è allineato ad un momento di crescita professionale e pertanto allineato agli obiettivi aziendali
- Sì, per osservarmi e capire i miei punti di forza
- Sì, in funzione del coinvolgimento attivo continuo
- Molto utile in quanto mette immediatamente di fronte alla pratica di quanto appreso
- Perché da ora in poi potrò affrontare meglio le situazioni in pubblico, e relazionarmi con gli altri
- Permette di ritornare su certi argomenti e riflessioni a distanza di tempo.

### **4. Pensi che questo tipo di approccio esperienziale si possa applicare anche ad altri tipi di corsi? E quali?**

- Tecniche di vendita, stili di direzione
- Sì, tutti quelli di natura manageriale/gestionale
- Penso di sì, sicuramente a corsi di public speaking, di leadership, ma forse ad ulteriori
- Credo che tale approccio si possa utilizzare in corsi tipo public speaking e gestione risorse umane
- Public speaking, gestione riunioni
- Leadership, per migliorare la comunicazione in modo che sia il più efficace possibile
- E' molto particolare e potrebbe essere utile nei corsi di public speaking e presentazione

### **5. Cosa ti porti a casa di questo corso?**

- Indicazioni importanti su ciò che devo migliorare sul lavoro e con gli altri
- Nuovo modo di vedere me e gli altri, alcune tecniche per la comunicazione
- Una maggiore conoscenza di me stesso (area cieca) oltre che delle principali tipologie di persone con cui ci si relaziona, e delle relative caratteristiche
- Un maggiore impegno sugli stili relazionali
- Un'esperienza emozionante con alcuni elementi che potrò usare per migliorare me stesso e il rapporto con gli altri
- Consapevolezza del mio modo di pormi, maggiori tecniche e modi di comunicazione
- Molti lati di me su cui lavorare
- Maggiore consapevolezza di me e degli altri
- Aver visualizzato difetti nel modo di porsi durante una relazione mi consentirà di controllare maggiormente l'atteggiamento durante relazioni e presentazioni in pubblico
- Un ottimo ricordo!

- Una bella esperienza.

## **6. Da domani cosa pensi che potrai fare per migliorare la tua comunicazione interpersonale?**

- Lavorare sul “non verbale”
- Fermarmi un po' di più a capire e ad ascoltare chi ho di fronte senza farmi prendere dalla fretta
- Guardare negli occhi gli interlocutori
- Gestire il linguaggio non verbale
- Gestire meglio la comunicazione in generale
- Chiedere feedback
- Innanzitutto ascoltare maggiormente i miei interlocutori e collaboratori
- Guardarmi mentre mi comporto
- Riflettere su me stesso e sugli altri, provare ad applicare le tecniche
- Rileggermi a lungo le dispense e pensare che ci sono anche gli altri e che io non sono tutto
- Cercare di applicare i suggerimenti per entrare in sintonia con le “energie” rappresentate da colori diversi e antagonisti
- Studiare un po' meglio ciò di cui abbiamo discusso nelle 2 giornate del corso
- Nelle prossime riunioni di lavoro applicherò il metodo.

**Ringraziamo tutti i partecipanti per la loro gentile e preziosa collaborazione.**

**Gennaio 2009**

**Te.D. – Teatro d'Impresa®**