



UNIVERSITÀ  
DEGLI STUDI DI MILANO-BICOCCA

## SYLLABUS DEL CORSO

### Enhance Your Communication Skills

2324-3-H4102D115

---

#### Obiettivi

Sia che comunichiamo da dietro uno schermo o faccia a faccia, delle solide capacità interpersonali e comunicative ci consentono di condividere idee, punti di vista, competenze e informazioni in modo efficace. Questo corso amplierà le capacità comunicative degli studenti fornendo conoscenze teoriche e suggerimenti pratici e strategie per gestire le relazioni interpersonali sul posto di lavoro e promuovere un ambiente di lavoro sano.

#### Contenuti sintetici

Questo corso vuole fornire agli studenti conoscenze teoriche e strategie pratiche per una comunicazione efficace e funzionale sul posto di lavoro e una panoramica generale dei più importanti meccanismi psicologici coinvolti nelle relazioni interpersonali. In particolare, il corso offrirà ai partecipanti le conoscenze e le competenze necessarie per comunicare efficacemente sul posto di lavoro focalizzandosi sulle dinamiche conflittuali più ricorrenti in ambito sanitario. Gli studenti saranno invitati a riflettere sul loro stile di comunicazione personale e impareranno l'importanza di abbinare il loro stile di comunicazione con gli specifici obiettivi situazionali e impareranno come gestire e controllare conversazioni impegnative e sfidanti.

#### Programma esteso

Saranno trattati i seguenti contenuti:

- Nozioni teoriche sugli elementi di base della comunicazione. Verranno presentati i cinque assiomi della comunicazione di Watzlawick e le Massime conversazionali di Paul Grice.
- Strategie e suggerimenti pratici per favorire il riconoscimento di elementi rilevanti per la comunicazione all'interno del gruppo di lavoro.
- Fornire strategie generali per una comunicazione efficace.

- Gestire conversazioni sfidanti con esiti positivi: teoria e consigli pratici su come gestire i conflitti.
- Una panoramica generale dei più importanti meccanismi psicologici virtuosi e viziosi coinvolti nelle relazioni interpersonali.
- Teoria della Mente, empatia e intelligenza emotiva: la capacità dell'individuo di comprendere e gestire le emozioni.
- Strategie di stress, burnout, resilienza e coping: la psicologia della crescita personale.

## **Prerequisiti**

Nessuno

## **Modalità didattica**

Lezioni frontali, attività supervisionate in piccoli gruppi, giochi di ruolo e simulazione di casi.

## **Materiale didattico**

Verrà fornita una selezione di articoli su riviste scientifiche; diapositive ppt e altro materiale pertinente saranno caricati sul sito web di e-learning

## **Periodo di erogazione dell'insegnamento**

Secondo semestre

## **Modalità di verifica del profitto e valutazione**

## **Orario di ricevimento**

Per appuntamento scrivere a  
selena.russo@unimib.it  
Office: U38, villa Serena (Monza), room number 5.27, V floor

## **Sustainable Development Goals**

SALUTE E BENESSERE

---

