

Allegato "A"

Progetto Formativo

"Comunicazione Efficace ed Aiuto Relazionale e Sintesi Personale" – ASL CAGLIARI

Il presente allegato è composto
di n. 4 fogli, di n. 4 pagine

partecipanti per edizione:

n.25 dipendenti SSR- ARES- ASL
n.5 uditori (senza ECM)

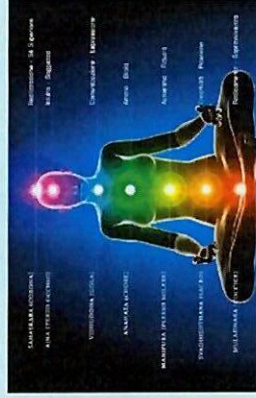
1^a ed. 15-16-17 aprile 2026

2^a ed. 11-12-13 novembre 2026

Tutte le professioni sanitarie

Modalità di iscrizione:

mail: igiene.alimenti@aslcagliari.it
tel. 070 6094814-4809



RESPONSABILE SCIENTIFICO

Dr.ssa Gabriella Manca
Responsabile Nutrizione e Prevenzione Oncologica

S.I.A.N.
Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione
ASL Cagliari

DOCENTI

Dr. Andrea Avanzini
Dr.ssa Gabriella Manca

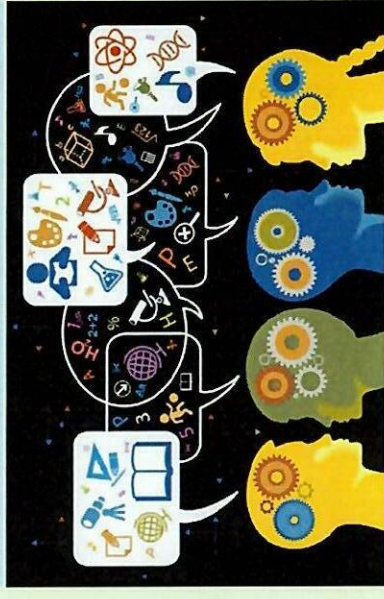
**Segreteria Organizzativa
Formazione e Accredimento ECM
ARES Sardegna**

Referente: Tiziana Cotza
E-mail tiziana.cotza@are Sardegna.it

Crediti ECM ASSEGNATI: 36,6

progetto formativo aziendale

Comunicazione Efficace Aiuto Relazionale e Sintesi Personale 2026



S.I.A.N. ASL CAGLIARI

**Cagliari, via San Lucifero, 77
1° piano (sala conferenze)**

OBIETTIVO FORMATIVO

Migliorare la comunicazione e le relazioni interpersonali, risoluzione dei conflitti all'interno del proprio Servizio e nei rapporti con l'utenza riconoscendo che la Persona è un insieme inter-funzionale di corpo, psiche ed energia, che entrano costantemente in gioco nelle relazioni.

L'approccio proposto prevede l'apprendimento e l'analisi delle relazioni interne verso il Sé, ed esterne verso gli altri.

Attraverso un lavoro psicologico, emozionale e corporeo si apprende, nelle situazioni di conflitto/disagio, ad analizzare gli aspetti in gioco agire indirizzando l'energia dove il disagio lo richiede.

La Sintesi Personale è una tecnica che può essere affiancata a qualsiasi altro tipo di approccio professionale rivolto all'aiuto personale ed alle relazioni.

Il corso è rivolto a tutti gli operatori sanitari e non che operano nei settori di aiuto, relazione con l'utenza, supporto psicologico, prevenzione e cura della persona, come potenziamento delle capacità individuali di comunicazione efficace e di relazione con lo scopo di ridurre e risolvere sia il burn-out sia i conflitti.

PROGRAMMA DIDATTICO

PRIMA GIORNATA:

8:00- 8:30: Registrazione dei partecipanti.
8:30-10:30: Introduzione alla Realtà Personale.
Le origini del disagio.

10:30-10:45: pausa
10:45-13:00: Sé Numinoso, Sé Immaturato, Maschera. Sviluppo dei sistemi di difesa.

13:00-14:00: pausa pranzo
14:00-15:30: Introduzione delle caratterologie: Evanescente, Orale, Dispotico, Masochista, Rigido.

15:30-15:45: pausa
15:45-17:00: esperienza diretta dei partecipanti sui contenuti presentati, riguardo alla propria realtà personale. Esercizi.
Condivisione finale.

SECONDA GIORNATA:

8:00- 10:00 Campo Energetico Umano: definizione e caratteristiche. Sistemi energetici di difesa espressi attraverso l'Aura.

10:00-10:15: pausa
10:15-13:00: I sette centri energetici principali. I Chakra, cosa sono, come funzionano, le distorsioni. Esperienza diretta.

13:00-14:00: pausa pranzo
14:00-15:30: Funzione psicosomatica dei Chakra. Importanza dei Chakra nello sviluppo e nella salute.

15:30-15:45: pausa
15:45-17:00: Esperienza diretta dei partecipanti sui contenuti presentati, riguardo alla propria realtà personale. Esercizi.
Condivisione finale.

TERZA GIORNATA:

8:00- 10:00 Campo energetico e chakra delle strutture caratterologiche. Il corpo e le caratterologie.

10:00-10:15: **pausa**
10:15-13:00: Aspetti fisici ed energetici e messaggi del Numen. Esperienza diretta.

13:00-14:00: pausa pranzo
14:00-15:30: Sistemi energetici di difesa. L'integrazione delle informazioni

15:30-15:45: pausa
15:45-17:00: Esperienza diretta dei partecipanti sui contenuti presentati, riguardo alla propria realtà personale. Esercizi.
Condivisione finale.

17:00-17:30: Valutazione apprendimento, valutazione docenti e corso.

Saluti

consegna attestati di partecipazione agli uditori



Progetto Formativo Aziendale**Comunicazione Efficace ed Aiuto Relazionale e Sintesi Personale” - ASL CAGLIARI**TABELLA RIEPILOGATIVA COSTI PREVISTI

| VOCE DI SPESA | TOTALE |
|-------------------------------|-------------------|
| COMPENSO DOCENTE E TUTOR | € 5.264,00 |
| SPESE PER CORSI DI FORMAZIONE | € 340,00 |
| TOTALE | € 5.604,00 |

Costo medio per partecipante € 112,08
Costo medio x ora x partecipante € 4,67