



Dott. Sandro De Angelis
Iscrizione albo OPP 9095
tel. 3801442101
psicologo.deangelis@gmail.com

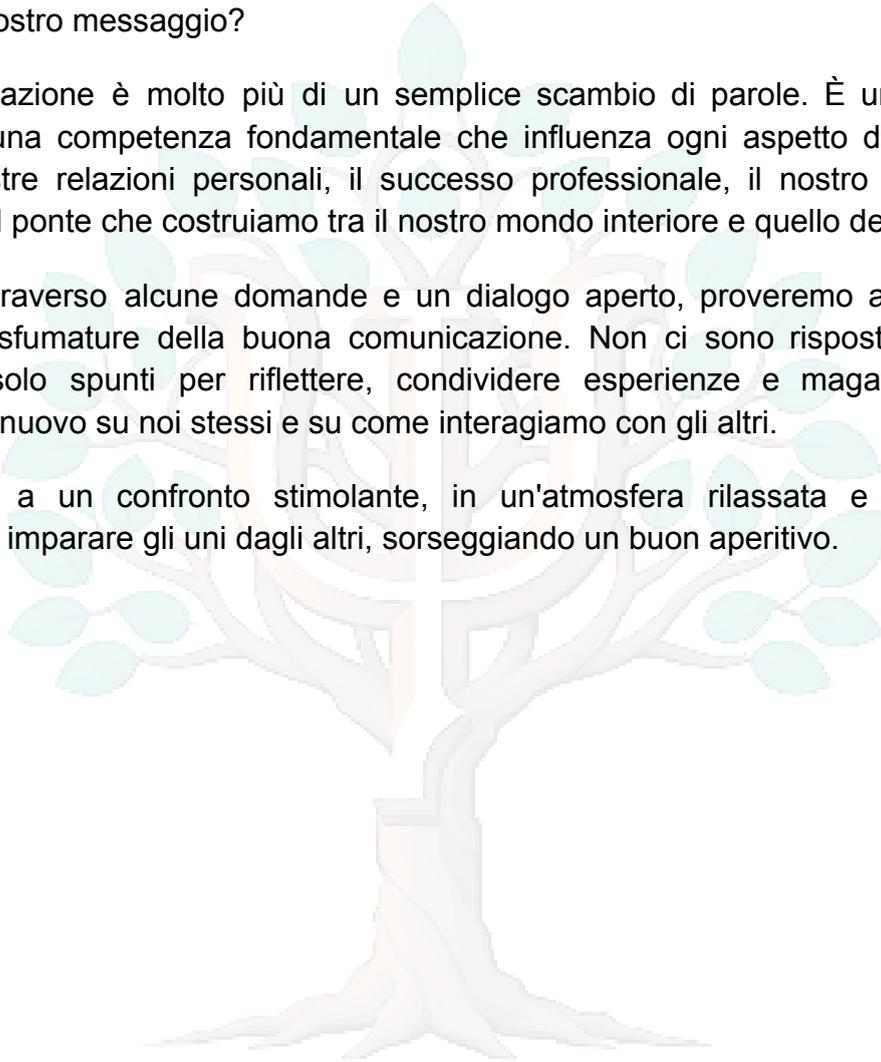


Buonasera a tutti e benvenuti al nostro "Aperitivo Psicologico"! Sono il Dott. Sandro De Angelis e il tema che ci accompagnerà in questa serata è la **comunicazione**. Sembra un argomento semplice, qualcosa che facciamo ogni giorno, quasi senza pensarci. Eppure, quante volte ci siamo sentiti incompresi? O abbiamo faticato a far passare il nostro messaggio?

La comunicazione è molto più di un semplice scambio di parole. È un'arte, una scienza e una competenza fondamentale che influenza ogni aspetto della nostra vita: le nostre relazioni personali, il successo professionale, il nostro benessere emotivo. È il ponte che costruiamo tra il nostro mondo interiore e quello degli altri.

Stasera, attraverso alcune domande e un dialogo aperto, proveremo a esplorare insieme le sfumature della buona comunicazione. Non ci sono risposte giuste o sbagliate, solo spunti per riflettere, condividere esperienze e magari scoprire qualcosa di nuovo su noi stessi e su come interagiamo con gli altri.

Preparatevi a un confronto stimolante, in un'atmosfera rilassata e piacevole. L'obiettivo è imparare gli uni dagli altri, sorseggiando un buon aperitivo.





Dott. Sandro De Angelis
Iscrizione albo OPP 9095
tel. 3801442101
psicologo.deangelis@gmail.com



Ho preparato 10 domande sulla buona comunicazione per animare la nostra serata dell'aperitivo psicologico.

Le 10 Domande per l'Aperitivo Psicologico sulla Buona Comunicazione

1. Qual è, secondo voi, l'elemento più importante per una **comunicazione**?
2. Vi è mai capitato di sentirvi completamente **incompresi**? Cosa pensate abbia causato quella incomprensione?
3. Quando qualcuno non è d'accordo con voi, come gestite la situazione per mantenere un **dialogo costruttivo**?
4. Quanto è importante l'**ascolto attivo** nella comunicazione quotidiana? C'è una tecnica che trovate particolarmente utile?
5. Qual è la differenza tra "sentire" e "ascoltare"? E perché è cruciale saperlo?
6. In che modo il **linguaggio del corpo** (gesti, espressioni facciali, postura) influisce sulla percezione del vostro messaggio?
7. C'è una frase o un modo di dire che, secondo voi, ostacola più di altri una **comunicazione chiara**?
8. Come si può chiedere feedback in modo efficace e, soprattutto, come si può riceverlo senza mettersi sulla difensiva?
9. Pensate che le **emozioni** siano un alleato o un ostacolo nella comunicazione? E in che modo?
10. Se doveste dare un unico consiglio per migliorare la comunicazione in famiglia, al lavoro o tra amici, quale sarebbe?

Spero che queste domande possano stimolare un dialogo vivace e arricchente. Non vedo l'ora di ascoltare le vostre riflessioni e condividerle insieme!



Dott. Sandro De Angelis
Iscrizione albo OPP 9095
tel. 3801442101
psicologo.deangelis@gmail.com

