

# SECRETARY

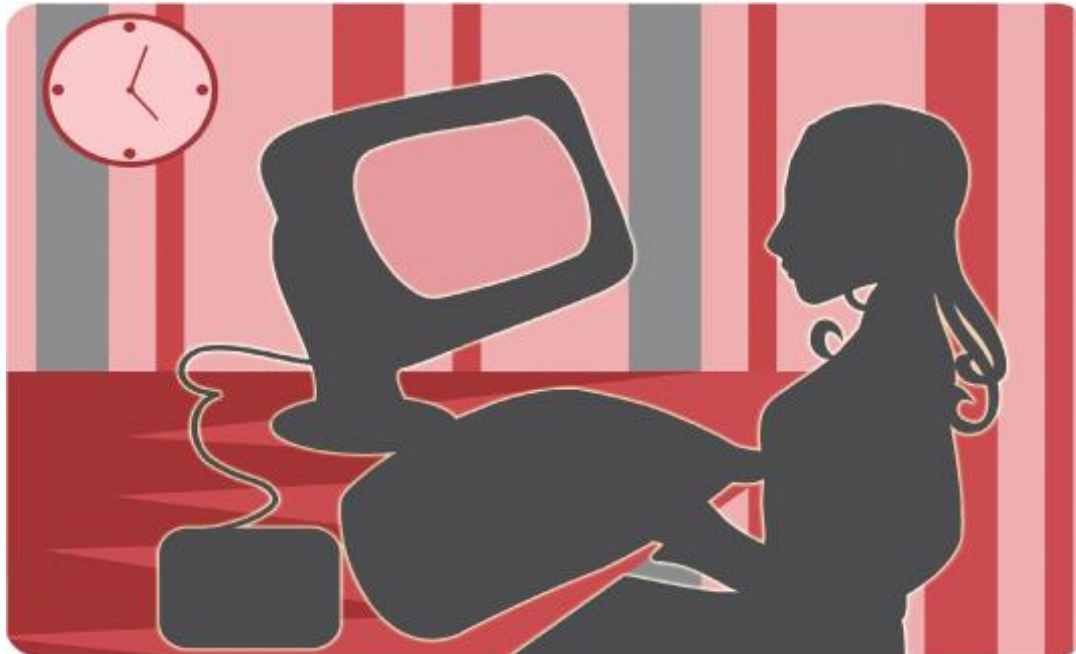
day

1991  
20 anni  
2011

etline associati

La formazione di Secretary.it

## Negoziazione e Stress



Milano 30 maggio 2012 – Centro Congressi ABI

# NEGOZIAZIONE E STRESS



**BARBARA DEMI**

## Con Negoziazione positiva e riduzione Stress:

- Esprimiamo i nostri **sentimenti**
- Scegliamo i **comportamenti** in un dato contesto
- Difendiamo i nostri **diritti** quando necessario
- Aumentiamo l'**autostima**
- Sviluppiamo **sicurezza**
- Esprimiamo serenamente **disaccordo**
- Chiediamo **agli altri di modificare i loro comportamenti** quando disfunzionali



# NON VERBALE



# POSTURA E DISTANZE





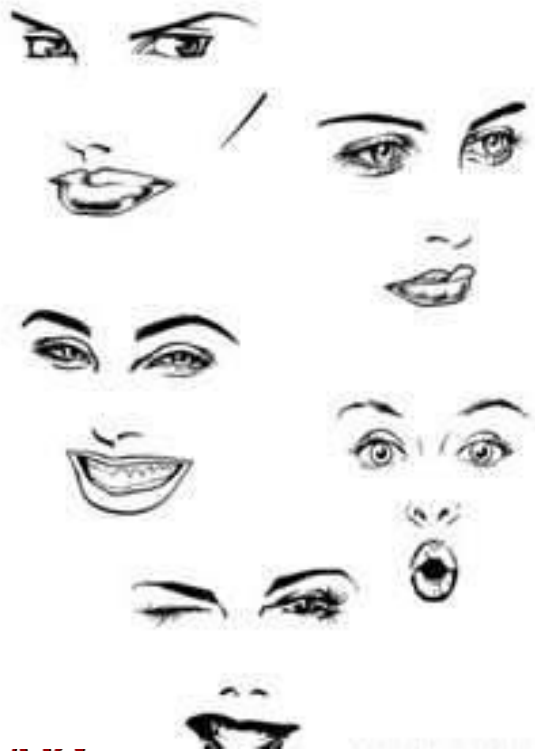
# BRACCIA E MANI







# VISO E MIMICA





## VERBALE

**Fluidità e ascolto**  
**Linguaggio positivo e neutro**  
**Domande**







# NEGOZIAZIONE E STRESS

## Verbale:

linguaggio positivo, neutro e domande  
fluidità, ascolto

## Non verbale:

contatto visivo, espressioni facciali e sorriso  
postura e distanza  
mani e gestualità

# FELICITÀ

***"La felicità è quando  
ciò che pensi,  
ciò che dici  
e ciò che fai  
sono in armonia."  
Gandhi***



# Contatti



**Barbara Demi**

**ETLINE e Associati**

Indirizzo: Via Segantini, 69

Tel. ' uff.:02.8361158

cell.: 335.369037

Mail. [bdemi@etline.it](mailto:bdemi@etline.it)

**Secretary.it srl**

Piazza Sant'Agostino, 2 - 20123 Milano

Tel. 02 3705916.1 Fax 02 3705916.0

[info@secretary.it](mailto:info@secretary.it) [www.secretary.it](http://www.secretary.it)

