

# OBIETTIVI

**M**anifestare meglio le nostre **idee, intenzioni ed emozioni** ci aiuta a **persuadere** gli altri, a **creare una immagine di noi stessi più consapevole e forte**, a **gestire in maniera più efficace conversazioni e relazioni interpersonali**.

In una frase abbiamo riassunto i **quattro obiettivi** che ci consente di centrare la nostra comunicazione: **cognitivi, comportamentali, valoriali e relazionali**: ogni singola volta che interagiamo con un'altra persona.