

SCHEDA DEL CORSO

Titolo: Intelligenza emotiva

Durata: 2 giorni x 6 ore = 12 ore 9.00-12.00 13.00-16.00

Scopo la consapevolezza di se – il comprendere noi stessi, i nostri punti di forza, i nostri punti deboli e come noi siamo percepiti dagli altri. L'autoregolazione – la capacità di controllare le nostre azioni e di pensare prima di agire. La motivazione – la spinta interiore al lavoro ed al miglioramento psichico. L'empatia – l'abilità di comprendere i punti di vista e la realtà altrui. La capacità di socializzazione – l'abilità di comunicare e relazionarsi con gli altri

Contenuti: Comprensione e interazione di strutture cerebrali responsabili delle nostre emozioni
Correlazione fra basi neurologiche e attitudine all'intelligenza emotiva
Uso intelligenza emotiva per preservare relazioni preziose
Ambito lavorativo, successo professionale e gestione emozioni
Analisi insegnamenti emozionali del passato (infanzia, adolescenza) e temperamento attuale

Metodologia: apporti teorici
analisi di situazione
giochi di ruolo e coinvolgimento fattivo
condivisione delle esperienze

Materiale didattico: slide teoriche-pratiche

Target: (infermieri, OSS, fisioterapisti, operatori sanitari)