

Seminario - HR 168

## Migliorare le relazioni professionali attraverso l'intelligenza emotiva



**Corso presso: Festo Academy**

Via Enrico Fermi, 36/38, 20090 - Assago (MI)

**Durata: 2gg**

**Date: 28 - 29 Apr 2020**

**Prezzo: € 1.300,00**

Scarica modulo iscrizione:  
[www.festocte.it/iscrizione](http://www.festocte.it/iscrizione)

### Rivolto a

Leader e Professional che operano in ruoli in cui la cura della relazione è uno degli aspetti critici per il conseguimento degli obiettivi di ruolo: servizi ai clienti, servizi a funzioni interne, processi in cui il lavoro di team e la collaborazione tra colleghi / reparti è cruciale.

### Obiettivi

- Imparare a riconoscere le modalità con cui le proprie emozioni favoriscono o ostacolano la lucidità delle analisi, la qualità delle relazioni professionali e il conseguimento degli obiettivi di ruolo
- Migliorare la gestione delle proprie emozioni per utilizzarle come "leva" e fonte di energia e motivazione nel lavoro
- Imparare a riconoscere le diverse emozioni nei propri interlocutori per comprendere con maggiore efficacia il loro punto di vista
- Migliorare la propria flessibilità relazionale nel confrontarsi con persone con caratteristiche personali molto diverse

### Contenuti

- Aspetti scientifici e neurofisiologici dell'Intelligenza Emotiva
- L'influenza delle emozioni nella presa di decisioni
- Le emozioni di base, le emozioni complesse e il loro ruolo nell'influenzare le relazioni professionali
- La consapevolezza di sé e la capacità di riconoscere i propri limiti e le proprie qualità
- La gestione delle sfide personali e della crescita delle proprie competenze realizzative, intellettuali, relazionali
- La perdita di controllo emotivo: come riconoscerla, come gestirla, come prevenirla
- La consapevolezza delle caratteristiche personali degli altri e della «unicità» dei loro modelli di vissuto e di espressione emotiva
- L'empatia per stabilire un «ponte emotivo» con l'interlocutore
- Come affrontare la perdita di controllo emotivo da parte dell'interlocutore
- Come «parlare a cuore aperto» senza entrare sul piano personale
- Come gestire le relazioni professionali sul «doppio binario» della produttività e della gestione delle emozioni
- Il vantaggio competitivo dello sviluppo dell'intelligenza emotiva nel raggiungimento degli obiettivi

**Sperimenterete**

- L'identificazione / costruzione della vostra personale "mappa emotiva": quali situazioni professionali suscitano in voi le maggiori emozioni e che impatto hanno sulla vostra efficacia.
- La scoperta del tipo di emozioni che suscitate più facilmente negli altri attraverso i vostri comportamenti e atteggiamenti.
- Simulazioni in cui gestire interlocutori emotivamente complessi: sotto forte stress emotivo, oppure che hanno difficoltà a rivelare o ad ammettere le proprie emozioni, o ancora che nascondono intenzionalmente le proprie emozioni.
- L'identificazione e personalizzazione di strategie efficaci per gestire le situazioni emotivamente più difficili.