Seminario - HR 161

Intelligenza emotiva

Corso presso: **Festo Academy**
Via Enrico Fermi, 36/38, 20057 - Assago (MI)

Durata: **2gg**
Date: **04 - 05 Giu 2024**
Prezzo: **€ 1.600,00**

Scarica modulo iscrizione:
www.festocte.it/iscrizione

Rivolto a

Dirigenti e Responsabili interessati ad innescare sentimenti positivi nelle persone che gestiscono. Tutte le persone che nutrono interesse a coltivare la capacità di entrare in sintonia sul piano emotivo con i propri collaboratori e con gli altri comparti dell'organizzazione.

Obiettivi

- Chiarire il concetto di Intelligenza emotiva e i suoi risvolti individuali e relazionali
- Coltivare un linguaggio delle emozioni e renderlo ricco di sfumature
- Disporre di un linguaggio in grado di distinguere Emozioni e Stati d'Animo
- Esercitarsi ad interpretare le emozioni; ad andare in profondità, a "Indagare cosa c'è sotto", al di là delle parole
- Riconoscere le emozioni e trasformarle in Comunicazione Empatica

Contenuti

Intelligenza emotiva

- Definizioni e caratteristiche (neurofisiologia) delle emozioni
- Il "sequestro" emozionale
- Inclinazioni biologiche, esperienza personale e condizionamenti culturali
- Emozioni, stati d'animo e temperamento
- A cosa servono le emozioni
- Espressioni distorte delle emozioni
- Come intervenire con le emozioni

L'interpretazione delle emozioni

- Linguaggio, corpo ed emozioni
- La ricostruzione linguistica delle emozioni
- L'interpretazione delle emozioni e la comprensione degli altri

Lavorare sulle emozioni

- Dal risentimento all'accettazione
- Dalla rassegnazione alla sana ambizione

La Comunicazione empatica

Prosegue -->

Contatti:
tel +39 02 45794 350
fax +39 02 4884 2012
contatti@festo.com

© Festo C.T.E. Srl - P.I. 13236390152

Sede centrale:
Via Enrico Fermi, 36/38
20057 Assago (MI)
Come raggiungerci

- Cosa intendiamo per Empatia
- Le Quattro componenti della Comunicazione empatica
- Il processo di Comunicazione empatica
- Gli antagonisti dell'Empatia
- Identificare ed esprimere le emozioni
- Prendersi la responsabilità delle proprie emozioni
- I bisogni alla radice delle emozioni
- Dalla schiavitù emotiva alla liberazione
- Imparare ad esprimere la nostra rabbia
- Imparare a fare richieste
- Ricevere con Empatia e relazionarci con noi stessi con Empatia

Sperimenterete

Linguaggio, corpo ed emozioni sono i fondamenti del Seminario Intelligenza emotiva e Leadership. Un training avanzato che nell'ottica dello sviluppo di abilità emozionali consente di familiarizzare e distinguere le proprie emozioni, di ricercare sfumature, di utilizzare un linguaggio appropriato per nominarle.

Padroneggiare il Linguaggio delle Emozioni significa coltivare l'empatia e farla fruttare nelle relazioni di lavoro e non solo in quelle.

Per perseguire gli Obiettivi del Seminario sperimenterete:

- Analisi in gruppo e di gruppo di situazioni relazionali con la Tecnica dell' Incident Case
- Simulazioni volte a coltivare un linguaggio delle emozioni e a riconoscere espressioni distorte delle emozioni
- Simulazioni volte a migliorare la nostra capacità di fare delle richieste
- Questionario di autoprofilazione del proprio profilo emozionale.
- Visione di filmati e casi di studio.

È un nostro tratto distintivo che nei corsi siano presenti molte esercitazioni, perciò la modalità didattica sarà interattiva.

I partecipanti potranno sperimentare quanto appreso in varie esercitazioni e riceveranno feedback continui.

Contatti:
tel +39 02 45794 350
fax +39 02 4884 2012
contatti@festo.com

© Festo C.T.E. Srl - P.I. 13236390152

Sede centrale:
Via Enrico Fermi, 36/38
20057 Assago (MI)
Come raggiungerci