

INTELLIGENZA EMOTIVA

PER UNA MIGLIORE
GESTIONE
DELLE *relazioni*

5 incontri on-line | lunedì 11 ottobre | ore 18.00 / 20.00

lunedì 25 ottobre
lunedì 8 novembre
lunedì 22 novembre
lunedì 6 dicembre

FINALITA'

Sviluppare l'intelligenza emotiva e le competenze relative a:

- sviluppare consapevolezza di sé
- saper gestire le proprie emozioni
- comprendere le emozioni altrui
- saper sviluppare buone relazioni

CONTENUTI

Area Personale:

- Consapevolezza di sé
- Gestione delle emozioni
- Motivare se stessi.

Area Sociale

- Comprendere le emozioni altrui
- L'empatia
- Sviluppare buone relazioni

Docente: Francesco Marino

per informazioni: info@creoitalia.com

