



Le emozioni intelligenti



il corso

Intelligenza emotiva

Comprendere e saper governare le proprie emozioni, riconoscere e saper confrontarsi con le emozioni degli altri aiuta a lavorare meglio, a vivere meglio. Le emozioni comunicano, forniscono informazioni su di noi, ci aiutano a comprendere gli altri e la situazione che stiamo vivendo.

La chiave è saperle riconoscere e farne buon uso.

Ricordiamoci che non è importante ciò che ci accade, è importante come rispondiamo a ciò che ci accade.

L'uso intelligente delle emozioni, o Intelligenza Emotiva, l'argomento che vogliamo affrontare in questo corso, è proprio la capacità di cogliere, decifrare, elaborare le informazioni e produrre le migliori risposte possibili per ottenere così i migliori risultati.



Articol

azione

Il corso è diviso in **5** sezioni comprese tra due macroaree: quella personale e quella sociale.

L'area personale

1. Sviluppare autoconsapevolezza. comprendere come si producono le emozioni che viviamo e come queste a loro volta influenzano i nostri pensieri e le nostre azioni.
2. Gestire le proprie emozioni. Gestire il processo emotivo, guidarlo in direzione dei nostri obiettivi.
3. Motivare se stessi. Sapere come fare per far fronte alle difficoltà

L'area sociale

4. Comprendere le emozioni altrui. Sviluppare l'empatia
5. Sviluppare buone relazioni.

Materiali

- SLIDE DI SUPPORTO AI CONTENUTI
- ESERCITAZIONI
- SCHEDE DI APPROFONDIMENTO





info

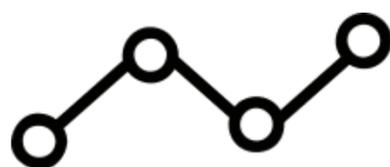
dettaglio corso



Esercitazioni
per **ogni modulo**



Tipologia
di erogazione
online



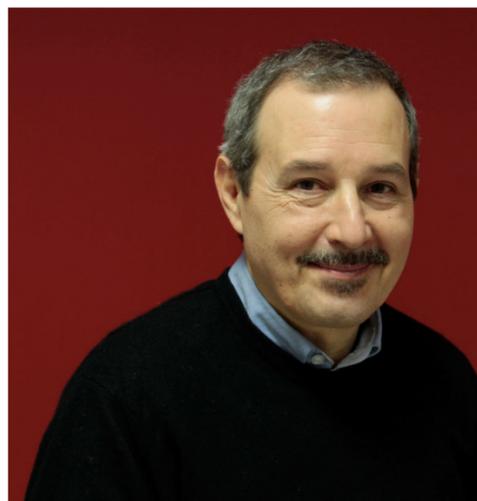
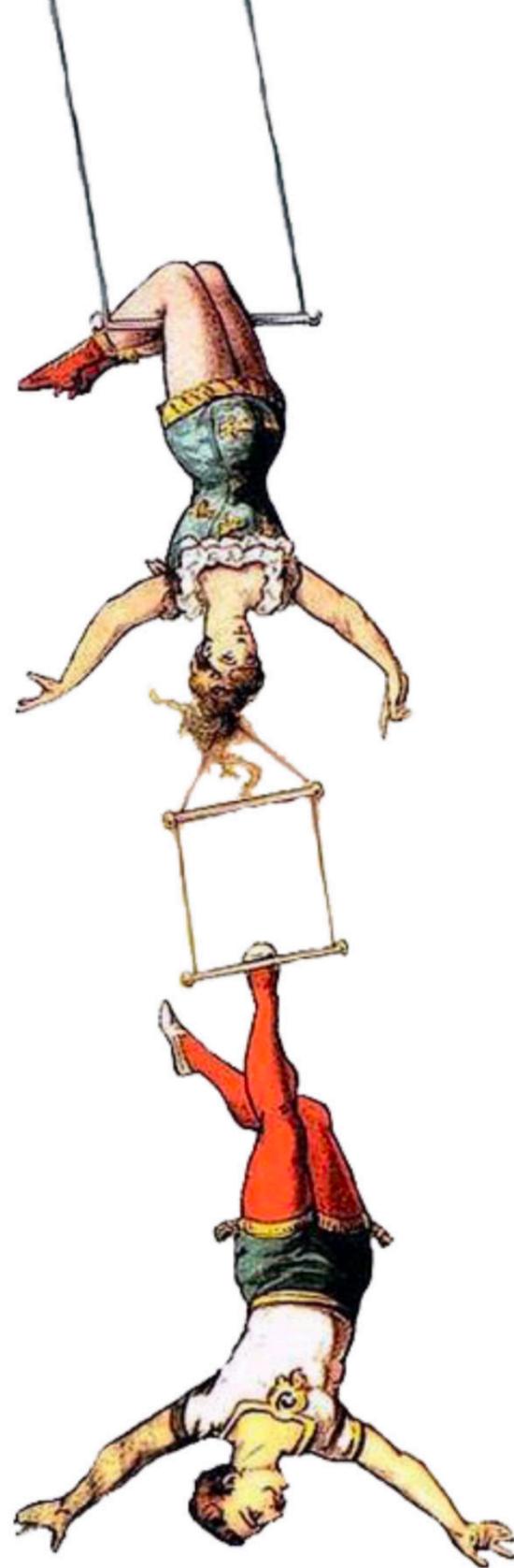
disponibilità
durata corso
6 mesi



**3 sessioni
individuali**
approfondimento
a distanza
formula premium



Rilascio
Attestato



Docente/coach: Francesco Marino

Docente a contratto di Intelligenza Emotiva, presso la facoltà di Economia dell'Università degli Studi Internazionali di Roma – UNINT.

Dopo una lunga esperienza nel campo teatrale come attore, insegnante e regista, una tesi su “teatralità e vita quotidiana”, una costante ricerca applicata al tema della “Rappresentazione e del Ruolo” si appassiona all'organizzazione in Azienda, in particolare alle dinamiche di relazione, comunicazione e conflitto.

Ha lavorato come formatore, consulente e coach in varie aziende, tra cui Atlantia, Autostrade per l'Italia, RAI, Mediaset, Trenitalia, McArthurGlen, Fondazione San Carlo di Napoli, Unicredit, AIFA, Air France, Cisl, Stanhome, Satur, Unindustria, Philips Morris, DHL, Mondo Convenienza, Banca Farmafactoring, Coca-Cola, ENPAM. Nel 2018 fonda CREO srl