L'INTELLIGENZA EMOTIVA AL LAVORO

2022

Milano, 7-8 Febbraio
Milano, 12-13 Maggio
Milano, 10-11 Ottobre

IN PRESENZA O LIVE STREAMING

PARTECIPANTI

Tutti coloro che, sul lavoro, sentono la necessità d'imparare a sentirsi meglio e ad essere più efficienti nelle loro relazioni interpersonali.

Spesso le idee si accendono l'una con l'altra, come scintille elettriche
FRIEDRICH ENGELS

PROGRAMMA

L'intelligenza emotiva
- Le origini e la definizione
- Ragione e passione: due mondi da unire
- Passione come ragione
- Menti, corpi, emozioni
- Il flusso del sentimento
- La tastiera emotiva

Emozione e cognizione

Il sistema limbico e la sua importanza nella gestione dei nostri comportamenti
- L'amigdala: la gloriosa "mandorla" del comportamento emotivo
- Raggiungere l'equilibrio tra emozione e pensiero

La consapevolezza emotiva
- La percezione interiore
- Il legame tra sentimenti, comportamenti e parole
- Il legame tra sentimenti e prestazione
- La consapevolezza dei propri obiettivi
- L'attenzione è la nostra risorsa più preziosa

I motivi di uno studio sull'intelligenza emotiva
- L'importanza dell'intelligenza emotiva sul lavoro
- La realizzazione di prestazioni eccellenti
- Il risultato della competenza emotiva
- Le emozioni sono contagiose
- La competenza ai vertici aziendali

Competenze personali e autovalutazione
- Consapevolezza del sé
- Padronanza di sé e autocontrollo
- Motivazione e automotivazione

Competenze interpersonali
- Social skillls
- Leadership
- Empatia

Innovazione e adattabilità
- Le risposte flessibili al cambiamento
- La proposta di idee e soluzioni originali
- Prospettive inedite
- La capacità di gestire molteplici richieste

L'intelligenza emotiva al lavoro
- Impegno
- Iniziativa e ottimismo
- Come migliorare le relazioni con il supervisore e con i colleghi
- Valorizzazione degli altri
- L'influenza del proprio comportamento
- Far leva sulla diversità
- Superare atteggiamenti negativi
- L'intelligenza emotiva del gruppo
- Miti e confusione sull'intelligenza emotiva

Intelligenza emotiva e talento nella leadership
- La leadership come fonte di energia
- Innescare e gestire il cambiamento
- Il leader della trasformazione
- Negoziare e risolvere i conflitti
- Gestire i conflitti con creatività
- Incrementare la collaborazione

OBIETTIVI

Questo seminario presenterà in forma semplice e pratica gli elementi dell'Intelligenza emotiva con l'obiettivo di rendere i partecipanti sempre più consapevoli dei propri vissuti emotivi, e di come essi influenzano il nostro lavoro e la vita privata, al fine di averne un sempre maggiore controllo. Saper riconoscere negli altri i medesimi vissuti riuscendo a relazionarsi in maniera più efficace. A conclusione del seminario i partecipanti saranno a conoscenza delle tecniche per aumentare il proprio quoziente emotivo e quello dell'azienda in cui svolgono le loro funzioni, dimostrando un'efficienza migliore sul lavoro e collaborando a creare un ambiente più gradevole.

2 GIORNI

ISCRIZIONI

SINGOLA € 1.315 (+IVA)
per l'iscrizione di un partecipante

MULTIPLA -15% a persona per:
2 o più iscritti alla stessa edizione del corso
9 o più iscrizioni nell'arco di 12 mesi
a diversi corsi a catalogo

COME

+39 02 38010666
scuoladipaloalto.it
informazioni@scuoladipaloalto.it