



Seminari di approfondimento **INTELLIGENZA EMOZIONALE**

Obiettivi

Come può essere definita l'intelligenza emotiva?

E come ci aiuta ad essere più efficaci e felici nella vita lavorativa e personale?

Ci sono ricerche che sostengono proprio che soddisfazione, felicità e successo dipendono dalla nostra intelligenza emotiva.

Forse ancora di più oggi, in un mondo in cui si è aggiunta un'altra forma di intelligenza, quella artificiale, la nostra capacità tutta umana di percepire, riconoscere, condividere e trasformare emozioni può aiutarci ad orientarci e sostenerci in una realtà sempre più volatile, complessa, incerta e ambigua, l'acronimo è VUCA.

Conoscere, riconoscere le nostre emozioni e allenare all'intelligenza emotiva, tanto importante nella vita lavorativa e personale, per la nostra felicità e successo.

Alterneremo fasi teoriche a momenti di esplorazione attiva con role play, esercitazioni individuali, in coppia e in gruppo utilizzando anche la potenza e la piacevolezza di strumenti creativi.

Paola Bonavolontà

Lavora nella formazione, promozione e sviluppo personale e professionale dal 2001. Dopo dieci anni nel marketing di multinazionali, è diventata Global Marketing Director a New York dove ha conosciuto l'efficacia della formazione esperienziale e del counseling. Tornata in Italia, ha conseguito tra gli altri un Master in counseling, uno in artcounseling, uno in PNL per poter diffondere le passioni e le competenze integrando il marketing, il counseling e l'espressione artistica come strumenti di consapevolezza in tutti i suoi percorsi formativi ed aiutare gruppi e singoli alla scoperta e sviluppo di talenti e potenzialità. Counselor Formatrice presso REICO n° 525

Attestato

Alla fine del seminario verrà rilasciato l'attestato di partecipazione di 16 ore.

Il monte ore del corso è cumulabile nei diversi corsi ASPIC.

Info e iscrizioni

Il corso è a numero chiuso e le iscrizioni saranno prese in ordine di prenotazione. Per maggiori informazioni è possibile consultare il sito upaspic.it

