

CORSO INTELLIGENZA EMOTIVA

Che cos'è l'intelligenza emotiva?

L'intelligenza emotiva è la capacità di **comprendere, utilizzare e gestire le proprie emozioni** in modi positivi per alleviare lo stress, comunicare in modo efficace, entrare in empatia con gli altri, superare le sfide e disinnescare i conflitti.



L'intelligenza emotiva serve a costruire relazioni più forti, perseguire efficacemente i tuoi obiettivi di carriera e personali. Un aiuto per trasformare l'intenzione in azione e prendere decisioni su ciò che conta davvero per te.

ARGOMENTO	DATA	GIORNO	ORARIO	N. ORE	modalità
principi di comunicazione base	18-ott	martedì	18,30/20,30	2	webinar
5 dimensioni dell'intelligenza emotiva	7- nov	Lunedì	18,30/20,30	2	presenza
tipologie di empatia	18-nov	venerdì	18,30/20,30	2	presenza
modello e strumenti dell' I.E.	15-dic	giovedì	18,30/20,30	2	presenza
benefici dell'intelligenza emotiva.	19-dic	lunedì	18,30/20,30	2	presenza

Durata: 10 ore

Ogni modulo prevede una parte teorica, una parte di confronto e una parte di esercitazione. Il corso può essere attivato con un minimo di 6 partecipanti e un massimo di 10.

Sede: aula corsi Confartigianato Imprese Brescia e Lombardia Orientale, Via Orzinuovi,28 Brescia.

Importo: 250,00€ più IVA.

Possibilità di utilizzo contributo ELBA: il contributo è concesso nella misura del 30% del costo di partecipazione al corso e non potrà superare l'importo di euro 200.

Il pagamento va effettuato prima dell'avvio del corso.

Modalità di pagamento: effettuarsi solo dopo e-mail di conferma dell'avvio del corso)

- Bonifico Bancario IBAN: IT38F0623011203000015013437 intestato a Upa Servizi S.r.l.
- RID

Per confermare l'iscrizione accedere al link <https://forms.gle/hcJcM5JxbcYywJTg8>

Per informazioni: ASTF - Settore Formazione

Tel. 030.3745236/256 • area.formazione@confartigianato.bs.it

UPA SERVIZI srl a socio unico

25125 Brescia - via Orzinuovi, 28 - tel. 0303745.1 - fax 0303745334 www.confartigianato.bs.it

Iscritta al Registro Imprese della C.C.I.A.A. di Brescia al n. 03206930178

C.F./P.IVA 03206930178 - R.E.A. di Brescia n. 341960 - Capitale Sociale € 700.000,00 i.v.