

INTELLIGENZA EMOTIVA



L'intelligenza emotiva si può allenare e quindi far crescere

DATA: 11 e 22 novembre 2019

ORARIO: dalle 10.00 alle 17.00

SEDE: Foro Buonaparte 65, Milano

COSTO: € 900,00 fino a 2 persone, dalla 3ª persona -50%

[ISCRIVITI QUI!](#)



Cos'è l'Intelligenza emotiva?

Le emozioni sono segnali importanti che ci aiutano a sopravvivere e crescere. Nel momento in cui impariamo ad usarle ci aiutano a prendere **decisioni più efficaci**, **connetterci con gli altri**, trovare e seguire determinate **strategie**, e fare una **vita più emotivamente consapevole**.

Intelligenza emotiva significa mettere insieme la parte razionale e quella emotiva in modo da poter crescere in modo efficace.

Al crescere della complessità devono crescere anche le competenze. Se vogliamo leader in grado di navigare attraverso le sfide odierne, di innovare e costruire organizzazioni dove le **persone crescono**, dobbiamo equipaggiarli con le skills dell'Intelligenza Emotiva.

Secondo il World Economic Forum, inoltre, l'intelligenza emotiva è **una delle 10 skills fondamentali** per avere successo nel prossimo futuro.



Allenare l'Intelligenza emotiva

Il modello di intelligenza emotiva è una lente trasversale attraverso cui si possono **leggere ed interpretare con maggior profondità** le principali abilità ed attitudini sviluppate nei training

comportamentali. Si potrebbe dire che gli elementi che compongono il modello sono i fondamentali su cui si appoggiano le tecniche e gli approcci normalmente insegnati nei training di leadership, di sviluppo personale o di vendita. Non si tratta tanto di imparare il modello quanto di **allenare le competenze EQ** che rafforzeranno così in modo trasversale l'approccio del professionista in tutti i suoi ambiti di applicazione. Allenare l'EQ consente quindi di migliorare

Il self management	Il rapporto con gli altri	Le performance
Lavorare sull'IE consente di migliorare la gestione delle proprie reazioni passando da reattività ad intenzionalità e migliorare i processi decisionali usando le emozioni come risorsa.	Esercitare l'empatia è una abilità fondamentale nel modello. È questa è la dote principale per aumentare la propria influenza nel proprio ambiente, che si tratti di teamwork, leadership o persuasione.	Conoscere i propri talenti è il primo passo che ci consente poi di metterli al servizio degli altri. Capire quello che ci manca è il primo passo per impegnarci in un processo di miglioramento. E quindi migliorare la nostra efficacia e soddisfazione.

Argomenti trattati in aula

- Che cosa è l'Intelligenza Emotiva e perchè è importante
- I presupposti su cui si fonda l'Intelligenza Emotiva: le emozioni guidano i pensieri, e i pensieri guidano i comportamenti
- Definizione e comprensione del modello: le 8 competenze in cui si articola l'intelligenza emotiva. A che cosa servono? Come possono essere allenate?
- Dal reagire all'agire intenzionalmente: come usare il modello PEA per rendere i nostri comportamenti più funzionali
- Come possiamo bilanciare emozioni e logica per prendere al meglio le nostre decisioni ed uscire dalla trappola del "sequestro emotivo"?
- Brain Brief: qual'è il nostro Brain style dominante? Come possiamo valorizzare il nostro Brain Style nella vita personale e professionale? Come possiamo intuire quello degli altri? Come posso comunicare più efficacemente con chi ha un Brain Style diverso dal nostro?
- Brain discovery: quali sono i nostri principali talenti? E quali dobbiamo allenare?

[ISCRIVITI QUI!](#)

Strumenti utilizzati in aula

I REPORT A SUPPORTO PER IL MIDDLE MANAGEMENT
CAPIRE MEGLIO SE STESSI E IL PROPRIO "FUNZIONAMENTO"

Verranno utilizzati due report e per ognuno ci saranno esercizi specifici che permetteranno di approfondire da angoli diversi un aspetto dell'intelligenza emotiva e di capire **come usare quanto compreso in modo pragmatico al lavoro.**

BRAIN DISCOVERY PROFILE

Per: Sample ITA

Data: 24 set 2015

Tempo di Esecuzione: 12:00 (mm:ss)

Percezione:il tuo cervello è più efficace nell'analisi
razionale (Vs. cogliere le emozioni)**Valutazione:**il tuo cervello è più alla ricerca di
opportunità (Vs. valutare potenziali
rischi)**Azione:**il tuo cervello spinge leggermente alla
praticità (Vs. pianificazione a lungo
termine)

NOTE

	Punteggi più Alti	Punteggi più Bassi
7 Talenti del tuo Cervello	FOCUS Mantenere il focus su ciò che è importante.	CONNECTION Sentire e connettersi con le emozioni altrui.
	PROBLEM SOLVING Trovare prompte soluzioni ai bisogni.	ADAPTABILITY Essere flessibili, adattandosi.
	RESILIENCE Rimettersi in gioco valutando le alternative.	COLLABORATION Saper creare un buon clima tra persone.
Performance	REALIZZAZIONE Capacità di raggiungere obiettivi di valore.	COINVOLGIMENTO SOCIALE Capacità di mantenere un elevato senso di appartenenza al network.

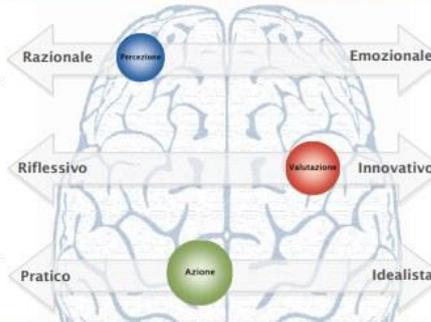
Alcune domande:
Il cervello può sviluppare quelle capacità (talenti) che servono a raccogliere ed utilizzare informazioni sia emozionali che razionali. Come le app di uno smartphone vanno aggiornate, così le app del nostro cervello devono essere allenate. Cosa potresti fare per migliorarle?
Emotions drive people, and people drive performance. Come puoi usare i tuoi "Brain Talents" per garantirti risultati altamente affidabili nel tempo?

Per contattare chi ti ha fornito il Brain Discovery Profile:
Lorenzo Fariselli <lfariselli@6seconds.org>



1 - Il brain brief fornisce uno specifico profilo comportamentale e consente di riflettere sulla diversità tra le persone e su come interagire al meglio con ciascuno.

BRAIN BRIEF PROFILE

Per: Sample ITA
Data: 24 set 2015Ecco la mappa delle modalità
(non necessariamente il tuo comportamento)
che il tuo cervello attiva nel percepire, valutare e spingere all'azione**Percezione:**il tuo cervello è più
efficace nell'analisi
razionale (Vs.
cogliere le emozioni)**Valutazione:**il tuo cervello è più
alla ricerca di
opportunità (Vs.
valutare potenziali
rischi)**Azione:**il tuo cervello spinge
leggermente alla
praticità (Vs.
pianificazione a
lungo termine)

Lo stile del tuo cervello: Il Realizzatore.
Il cervello del Realizzatore procede in modo lineare e logico dando meno spazio alle emozioni. È abile nell'individuare le opportunità per innovare. È un problem solver pragmatico e orientato al risultato. Ti riconosci? Ricorda: queste sono le informazioni che ricerca il tuo cervello per lavorare al meglio! Il prossimo passo è approfondire leggendo la guida (link sotto) e confrontarti con chi ti conosce bene per avere una visione ancora più ampia di te stesso.
Per saperne di più scarica la guida: <http://6sec.org/bbigit>

Bene: Realizzazione Il tuo Stile del Cervello ti sta aiutando a generare buoni risultati personali e/o professionali	Opportunità: Coinvolgimento Sociale Il modo con cui stai usando lo tuo Stile del Cervello, sta riducendo la connessione con gli altri - puoi cambiare qualcosa?
---	--

Report fornito da: Lorenzo Fariselli <lfariselli@6seconds.org>
Per maggiori informazioni sul Brain Brief ed i passi successivi,
scrivi all'email sopra e visita italia.6seconds.org/tools/bbigit/.



2 - Il brain discovery mette in luce i nostri tre talenti più forti ed i tre più deboli e da uno spunto concreto per migliorare nel quotidiano e per sfruttare al meglio quanto nelle nostre corde.

IL MODELLO DI RIFERIMENTO



[ISCRIVITI QUI!](#)

ALESSANDRA PARMIGIANI

Trainer e Coach con ventennale esperienza nelle Risorse Umane, maturata sia nella Direzione del Personale di importanti realtà multinazionali, in cui ho coordinato l'area Selezione, Formazione e Sviluppo, sia nell'ambito della Consulenza, dove ho trovato la mia vera "vocazione".

Laureata in Filosofia Teoretica, e incuriosita dalle contraddizioni dell'animo umano, unisco alla formazione rigorosa avuta come Coach attraverso il percorso di certificazione ICF, e all'approccio strutturato della Krauthammer University, un'autentica passione per il mondo dell'Intelligenza Emotiva.

Assessor EQ, certificata con Six Seconds, credo profondamente che la mia più grande sfida, come Coach e come Trainer, sia quella di **supportare i miei clienti nel diventare consapevoli dei propri schemi comportamentali e nel modificarli in modo "emotivamente intelligente"**.

Come Trainer mi occupo della gestione di corsi manageriali sulle **soft skills, adottando un approccio maieutico ed "esperienziale"** applicato a diverse tematiche: People Management (Comunicazione Assertiva, Delega, Feedback, Gestione dei Conflitti), Team-Building, Time Management, Problem Solving e Creatività, Design Thinking e Innovazione, Gestione Emozioni.



Per maggiori informazioni contattaci:

***Marika Petrillo** – Project Manager Ufficio Formazione*

marika.petrillo@federlegnoarredo.it - tel. 02/80604302
