



ARCI Educazione Permanente
Corsi di Cultura
ottobre 2010

Informazioni e Iscrizioni

Fino a sabato 16 ottobre 2010, presso Arci Treviso, via Bolzano 3,
tel 0422 410590, fax 0422 411162, www.arcitv.it

Orario Iscrizioni: da lunedì a venerdì, ore 9.00-12.30 e 15.00-19.30; sabato ore 10.00-12.30

Intelligenza emotiva

4 incontri / 10 ore

Insegnante Sebastiano Todero

L'Intelligenza emotiva integra e completa l'intelligenza "classica" o la razionalità. Le persone Emotivamente intelligenti hanno una maggiore capacità di percepire le proprie e altrui variazioni degli stati d'animo, ma soprattutto sanno come gestire i loro emozioni. Le emozioni sono una componente fondamentale della vita umana e solo le persone Emotivamente Intelligenti riescono bene in ambito personale, professionale e relazionale, poichè soprattutto nel lavoro e nel rapporto con gli altri, il QE batte il QI come indice di "successo".

- 1 Problemi che potresti evitare con l'Intelligenza Emotiva: essere nervoso, timido o aggressivo nei momenti importanti, essere di malumore e lento a riprendere il "sorriso".
- 2 Successi che avrai diventando più Emotivamente Intelligente: avere più spesso emozioni positive e intense, aumentare la gioia e la calma e ridurre tristezza e nervosismo, affrontare e superare più in fretta situazioni stressanti, trasformare i ricordi tristi in occasioni per imparare e progredire.

Unico Turno

Inizio: giovedì 18 novembre

Frequenza: il giovedì, ore 20.00-22.30, una volta alla settimana

Costo: 80 euro comprensivo di tessera Arci 2011 (ridotto 75 euro)