



CITTA' DI CASTELLANZA



Assessorato alla Cultura
Biblioteca Civica

CORSO

INTELLIGENZA EMOTIVA

a cura di **Viviana Ferloni**
(psicologa e psicoterapeuta)



**Le cinque competenze dell'intelligenza emotiva:
consapevolezza e padronanza emotiva, motivazione personale, empatia e abilità sociali.
Il corso ha lo scopo di analizzarle per aiutarci a riflettere e migliorare le nostre abilità.**

- Intelligenza e intelligenze: l'intelligenza emotiva
- Emozioni: caratteristiche, segnali corporei, consapevolezza ed elementi di gestione emotiva
- Autostima: aspetti ed influenze
- Comunicazione: assertività e ascolto
- Lavorare in gruppo: cooperazione e negoziazione

Quando: Giovedì 25 febbraio; 3-10-17-31 marzo; 7 aprile dalle 20.30 alle 22.30

Sede : Centro Civico- sale primo piano – p.zza Soldini, 8

Costo: € 65

Termine iscrizioni : 20 febbraio

Informazioni e iscrizioni:

Biblioteca Civica – p.zza Castegnate, 2 bis
0331/503696; biblioteca@comune.castellanza.va.it