



CONFINDUSTRIA FIRENZE FORMAZIONE - COSEFI



Risorse umane Sicurezza e management

In collaborazione con



PER Lab

Laboratorio di Psicologia, Emozioni & Ricerca

in partnership con

Yale Center for Emotional Intelligence



UNIVERSITÀ
DEGLI STUDI
FIRENZE

SPIN-OFF APPROVATO

Promuovere benessere ed efficacia con l'Intelligenza Emotiva

Ti è mai capitato di non riuscire a concentrarti perché ti sentivi stressato? ... E di sentirti sotto pressione per le molte attività da svolgere? La ricerca ha dimostrato che sviluppare l'Intelligenza Emotiva riduce le conseguenze negative da stress lavoro-correlato (perdita di concentrazione, difficoltà nel dormire, stanchezza o affaticamento, mal di testa, abitudini non salutari e dipendenze)

Il corso offre conoscenze e strumenti di base legati al tema dell'Intelligenza Emotiva per fornire strategie di gestione dello stress da applicare nella vita personale e professionale e promuovere benessere ed efficacia nei luoghi di lavoro (D.lgs. 81/08 art.28).

Il corso è valido anche come aggiornamento dei Datori di Lavoro che ricoprono il ruolo di R.S.P.P. in ambito aziendale, dei R.S.P.P. e degli A.S.P.P. ai sensi del D.Lgs. 81/08 e s.m.i. e dell'ASR 7 luglio e dei Coordinatori per la Sicurezza ai sensi dell' 98 e l'Allegato XIV del D.Lgs. 81/2008

Risorse umane, Sicurezza e management

Promuovere benessere ed efficacia con l'Intelligenza Emotiva

INFORMAZIONI

Inizio/fine: 27 maggio 2020

Formula: 1 giornata da 8 ore

Orario: 09.00-13.00 / 14.00-18.00

Luogo: Confindustria Firenze - via Valfonda 9

COSTI

Per i soci: € 250 + iva

Per i non soci: € 300 + iva

DESTINATARI

Titolari d'azienda

Direzione HR

Direzione Health & Safety

DOCENTI

Laura Artusio - Eur. Ph.D.

Psicologa e direttrice PER Lab (Laboratorio di Psicologia, Emozioni & Ricerca, spin-off dell'Università di Firenze), autrice del metodo PERWORK, dal 2009 è membro del Yale Center for Emotional Intelligence. Svolge ricerca scientifica e interventi formativi sull'intelligenza emotiva applicata con un focus su: safety, performance, benessere organizzativo, stress lavoro-correlato/burnout, leadership, teambuilding e comunicazione.

CONTATTI

Enea Vannucci

+39 055 2707233

enea.vannucci@confindustriafirenze.it

ALTRE INFO

- Il percorso è finanziabile attraverso l'utilizzo del conto formazione di Fondimpresa e Fondirigenti
- Dalla seconda persona iscritta si applica il 10% di sconto sulla quota di partecipazione
- Ad ogni partecipante sarà rilasciato un attestato di partecipazione
- Il percorso formativo può essere realizzato in forma "residenziale"
- Il corso si realizza con un minimo di 6 partecipanti

Risorse umane, Sicurezza e management

Promuovere benessere ed efficacia con l'Intelligenza Emotiva

Programma

- La mappa emotiva dell'aula: il Diagramma delle emozioni.
- Misurare il proprio atteggiamento nei confronti dello stress al lavoro.
- Riconsiderare lo stress: rischi e aspetti positivi.
- Stress e Intelligenza Emotiva:
 - Riconoscere gli indizi dello stress in noi stessi e negli altri
 - Identificarne le cause
- Stress e comunicazione nel team.
- Strategy box PERWORK: allenare le tecniche di gestione dello stress più efficaci (tecniche di respirazione e di rilassamento, dialogo interiore, visualizzazione, etc.).
- Action plan per ridurre e gestire lo stress.