

# **Intelligenza Emotiva**

**Mercoledì 24 Novembre 2021**

**09:30** Registrazione dei Partecipanti e Apertura dei Lavori

**09:40** Introduzione temi e metodologia, raccolta aspettative e patto di formazione

**10:10** Analisi di un processo di pensiero automatico, rappresentazione mentale, significato, emozioni, comportamenti schematici

**11:00** Break

**11:10** Reazioni VS Risposte

**11:40** Dinamiche di relazioni automatiche disfunzionali

**12:30** Il potere di una buona domanda

**13:00** Chiusura dei Lavori

# Intelligenza Emotiva

Giovedì 25 Novembre 2021

**09:30** Registrazione dei Partecipanti e Apertura dei Lavori

**09:40** Buone domande per innescare un processo autonomo VS comportamento automatico

**10:10** Trappole percettive

**11:00** Break

**11:10** Aspettative e nuovi significati, approccio umoristico e risorse nascoste

**11:40** Esempi di “Ristrutturazione”

**12:30** Raccolta finale di feedback e chiusura lavori.

**13:00** Chiusura dei Lavori