

Due giornate per la formazione

Il **Gruppo Galgano** organizza una due giorni formativa in quattro città italiane a maggio (Milano, 16-17 - Roma, 20-21 - Padova, 28-29 - Bologna, 28-29), che propone l'allineamento delle competenze legate all'intelligenza emozionale, consentendo di sperimentare le proprie personali capacità di gestione delle emozioni, mettendosi in grado di aumentare l'abilità d'interpretare le emozioni del gruppo e di diventarne interprete e guida. L'obiettivo è di aumentare la consapevolezza intorno alle emozioni provate nel contesto lavorativo, imparando ad utilizzare quelle positive come sorgente motivazionale e a riconoscerne le motivazioni alla base delle relazioni organizzative. La gestione efficace dell'aspetto emotivo di una relazione organizzativa, infatti, permette di gestire al meglio lo stress e le pressioni lavorative per focalizzarsi sul risultato, preservando il proprio benessere. Il programma della due giorni prevede l'approfondimento delle cinque abilità dell'intelligenza emotiva: autoconsapevolezza, padronanza di sé, motivazione, empatia, capacità relazionale. Sarà l'occasione per fare autodiagnosi delle proprie capacità emozionali e delle proprie resistenze, attraverso prove di autovalutazione in ascolto, motivazione, ansie sociali e leadership, imparando così a costruire un piano di lavoro personale.