



28 - 29 - 30 gennaio 2022

Modulo formativo e di evoluzione personale per il miglioramento e lo sviluppo di:

consapevolezza emotiva, gestione delle emozioni e gestione dello stress.

TRE GIORNATE per darsi l'opportunità di attivare un importante percorso di crescita personale e/o professionale attraverso l'allenamento delle **LIFE SKILLS EMOTIVE** e il riconoscimento dei propri talenti, in particolare:

1. migliorare la **consapevolezza di sé** e dei propri **schemi relazionali e comunicativi**
2. individuare le proprie **risorse, potenzialità e talenti** nascosti o inespressi
3. allenarsi a **gestire le emozioni**
4. sperimentare il protocollo base **anti-stress** (PNEI psicosomatica)
5. acquisire conoscenze sulle **life skills, le intelligenze multiple, l'intelligenza emotiva, i sistemi affettivi.**

1

3 GIORNATE TUTTE PER VOI

Secondo il metodo LIFE SKILLS® Italia:

multisensorialità, interattività, feedback, lavoro di gruppo, azione, divertimento e **focus sui talenti personali**

2

POSSIBILITÀ DI COACHING INDIVIDUALE

Questionario Sei Assessment sull'Intelligenza Emotiva
Un colloquio ONE TO ONE di restituzione dei risultati e definizione dell'obiettivo personale

3

POSSIBILITÀ DI PROSEGUIRE FINO AL MASTER LIFE SKILLS

Questo è primo modulo del percorso SCEGLIERE DI STARE BENE, propedeutico al PROMOTORE DI LIFE SKILLS e al MASTER LIFE SKILLS

TEAM TRAINER

Trainer Senior LIFE SKILLS® Italia

coordinatrice didattica

BARBARA QUADERNUCCI

DOVE

Bologna

QUANDO

28 - 29 - 30 gennaio 2022

ORARI

Dalle 10 del venerdì

alle 17.30 della domenica

VUOI APPROFONDIRE IL TEMA INTELLIGENZA EMOTIVA?

Richiedi informazioni sul QUESTIONARIO di autovalutazione della tua intelligenza emotiva di SIX SECONDS.

Puoi farlo e avere una restituzione da parte di un trainer certificato SIX SECONDS.

COSA SONO LE LIFE SKILLS?

"Le life skills sono le competenze che portano a comportamenti positivi e di adattamento che rendono l'individuo capace di far fronte efficacemente alle richieste e alle sfide della vita di tutti i giorni" (OMS, 1993).

INFO E ISCRIZIONI

Contatta la nostra SEGRETERIA

segreteria@lifekills.it

+39 3662611598

POSTI LIMITATI