



**PEC** PHARMA  
EDUCATION  
CENTER

09 e 10 Novembre 2021 - ONLINE

# La gestione delle nostre emozioni nella performance

Iscriviti su [www.pharmaeducationcenter.it](http://www.pharmaeducationcenter.it)

Pagina: Pharma Education Center



# Abstract

In questo periodo emergenziale, turbolento e di incerto abbiamo bisogno più che mai di saper gestire noi stessi e le nostre emozioni. Le emozioni per quanto rappresentino il nostro "capitale energetico" a cui attingere, talvolta le percepiamo come ostacolo al nostro agire quotidiano e professionale. Saper comprendere le nostre emozioni vuol dire accedere a informazioni utili per comprendere i nostri comportamenti ed orientarli in modo strategico nel fronteggiare le sfide e migliorare così la qualità della nostra vita. All'interno del percorso, partendo dalla consapevolezza personale, analizzeremo gli aspetti emozionali utili per gestire in modo proficuo noi stessi e le relazioni professionali attraverso metodi pratici applicabili alla propria quotidianità professionale. Attraverso le esercitazioni i partecipanti saranno coinvolti attivamente nella costruzione della competenza da acquisire, potranno aumentare il proprio self confidence dei propri stati emotivi, primo passo per poterle gestire positivamente a proprio ed altrui favore all'interno della performance.

## A chi è rivolto

Manager, Key Talent, Professional

## Docente



### **Gabriella Campanile**

Gabriella Campanile è senior Trainer, executive coach con credenziali ACC - riconosciute dall' International Coach Federation, HR consultant, esperta dell'Intelligenza Emotiva ed assessor Emotional Quotient . Svolge attività formativa per le corporate di vari comparti in Italia nel campo delle competenze manageriali e delle soft skills. E' consulente HR nelle PMI, è inoltre General Manager in Daxo Group e Co- Founder Community Donne 4.0. Collabora con l'Università di Siena, docente al Master Executive Multicultural Diversity Management. Autrice di pubblicazioni ed articoli per conto dell'Università di Firenze e di Pisa

# Programma

## 1. L'intelligenza Emotiva perchè è importante

- Cosa è l'EQ
- Cosa sono le emozioni
- Emozioni e Iceberg
- Il rapporto tra Intelligenza emotiva e la performance
- In modello EQ in azione
- Acquisire la consapevolezza emozionale
- Self Management, come essere strategici e valutare le alternative
- Self Direction, trarre energia dallo scopo

## 2. Il ruolo delle emozioni nella performance

- Cambiare prospettiva per modificare i propri stati emotivi ed i propri comportamenti
- Dalla paura al coraggio
- Eustress e Distress: la differenza tra stress tonico e stress tossico
- Come gestire lo stress per raggiungere gli obiettivi
- Creare un clima organizzativo funzionale alla performance
- Engagement organizzativo attraverso la gestione delle emozioni
- La Fiducia influenza la Produttività
- L'empatia, la competenza chiave nella gestione delle relazioni

## Struttura del corso

09:00 - 13:00 SESSIONE PRIMO GIORNO

09:00 - 13:00 SESSIONE SECONDO GIORNO

Luogo e data

ONLINE, 09 e 10 Novembre 2021

---





### QUOTA D'ISCRIZIONE

750 €

**sconto del 5% per le iscrizioni entro 1 mese dal corso**

**sconto del 10% per le iscrizioni entro 2 mesi dal corso**

*i prezzi sono da intendersi IVA esclusa  
Le offerte non sono cumulabili*

**Per sconti su iscrizioni multiple rivolgersi a  
info@pharmaeducationcenter.it**

### MODALITÀ DI PAGAMENTO

Si richiede il pagamento anticipato rispetto alla data dell'evento formativo tramite bonifico bancario presso BANCO BPM Spa - Firenze, IBAN IT81P0503402801000000007431, Bic/SWIFT BAPPIT21N25 intestato a Pharma Education Center s.r.l, via dei Pratoni 16, 50018 Scandicci (FI), Partita IVA 02173670486 indicando il titolo del corso e il nome dell'iscritto. La partecipazione all'evento formativo sarà consentita a pagamento avvenuto. Si procederà all'emissione di fattura a partire dalla seconda metà del mese di svolgimento del corso. In caso di necessità contattare (+39) 055 7224076 o amministrazione@pharmaeducationcenter.it.

### MODALITÀ DI CANCELLAZIONE

Si richiede di comunicare la disdetta all'evento formativo inviando un'e-mail a info@pharmaeducationcenter.it entro due settimane dalla data di inizio dello stesso. Trascorso tale termine, si procederà con l'addebito dell'intera quota.

### MODALITÀ DI SOSTITUZIONE PARTECIPANTE

Si prevede la possibilità di cambiare il nome del partecipante all'evento formativo, senza alcun costo aggiuntivo, inviando un'e-mail a info@pharmaeducationcenter.it. Si chiede di dare comunicazione entro una settimana dalla data di inizio dello stesso indicando il nome del primo iscritto e il nome del sostituto.

### CONDIZIONI DI ANNULLAMENTO O RINVIO

Pharma Education Center si riserva la facoltà di annullare o posticipare l'evento formativo nel caso in cui non si raggiunga un numero minimo di partecipanti.

Pharma Education Center si impegna a restituire la quota d'iscrizione già versata senza ulteriori oneri o su richiesta dell'iscritto concedere un bonus spendibile per la partecipazione ad un altro evento formativo in programma nell'anno corrente.

### COME ISCRIVERSI

Compilare il form on line sul sito [www.pharmaeducationcenter.it](http://www.pharmaeducationcenter.it). Alla ricezione sarà inviato un'e-mail con la conferma di avvenuta iscrizione.

**Tel (+39) 055 7224179 - (+39) 055 7224076**

**Fax (+39) 055 7227014**

**info@pharmaeducationcenter.it**

**Per rimanere aggiornato sui nostri corsi seguici  
su LinkedIn alla pagina Pharma Education Center**

