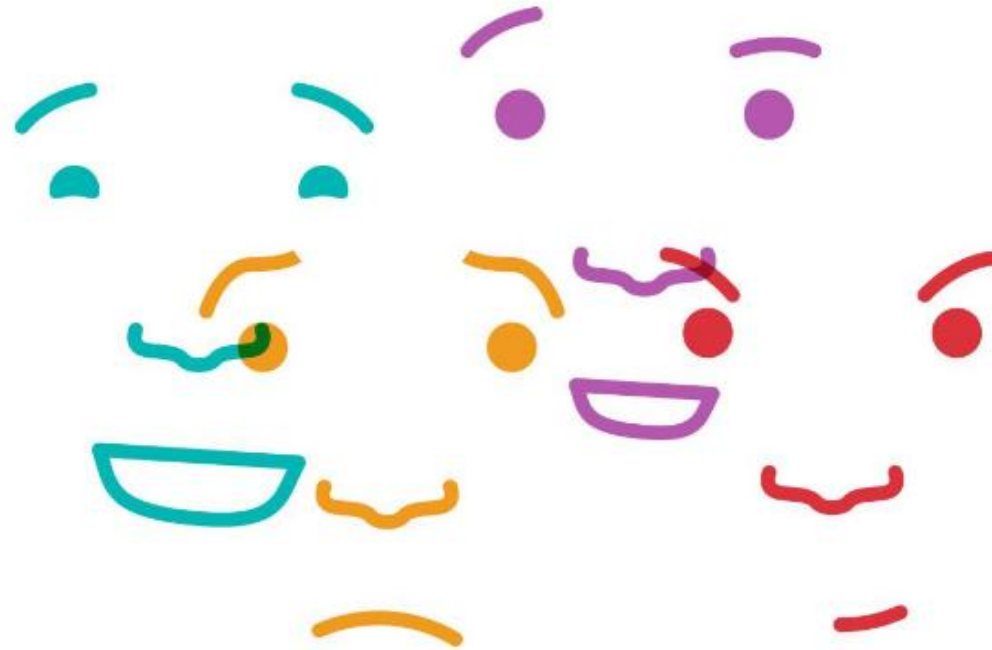


**Percorso certificato** per conoscere, apprendere e sviluppare

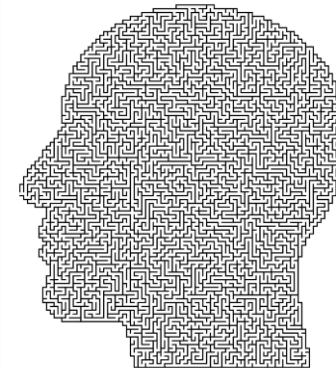
# **INTELLIGENZA EMOTIVA**



4 LEZIONI in diretta - Tutoring  
Coaching personalizzata - Allenamenti settimanali  
Area riservata per esercizi e allenamenti  
CERTIFICAZIONE FINALE

**Martedì 12-19-26 maggio e Giovedì 4 giugno**  
**Dalle ore 20:30 alle ore 22:00**

# Siamo motivati e preparati al cambiamento che ci aspetta?



- siamo spaventati da cosa potrà accadere
- il cambiamento ci fa paura
- non ci sentiamo all'altezza



- non riesco a comprendere perché gli altri si comportano così
- gli eventi hanno una grande influenza sul mio stato d'animo
- ho paura ad esprimere le mie emozioni

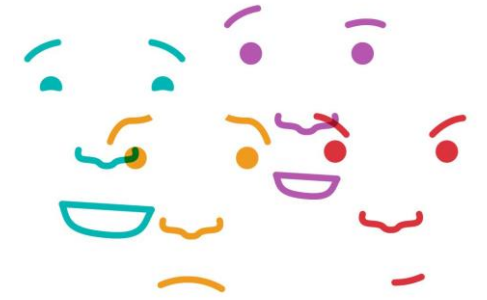


- gli stati d'animo negativi ti tolgono energia, desiderio e motivazione
- certe emozioni ti creano stress, ti bloccano e ti condizionano
- ti vedi diversa/o da come senti di essere
- vorresti essere d'aiuto a chi si trova in uno stato d'animo negativo

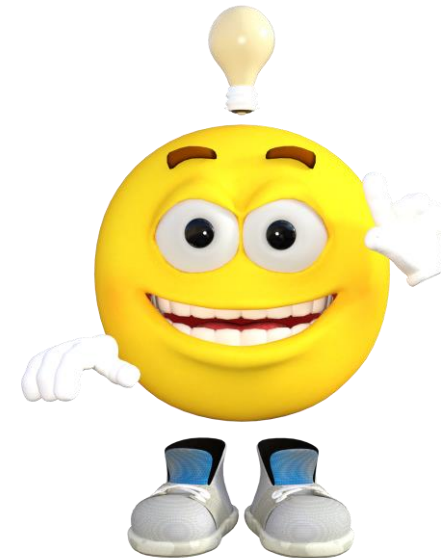


Percorso Certificato per conoscere, apprendere e sviluppare

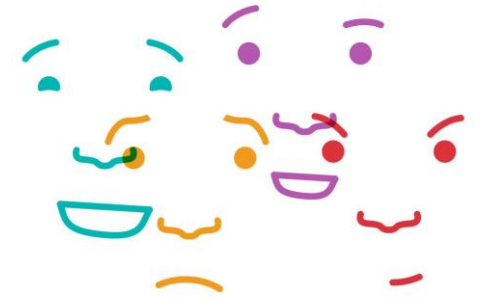
# INTELLIGENZA EMOTIVA



- introduzione al **linguaggio dei bisogni**
- l'intelligenza emotiva per migliorare la **qualità di vita**
- le **dinamiche emozionali** e il **potere del cervello**
- come migliorare la **gestione degli stati emozionali**
- le **sfumature delle emozioni**
- sviluppare **l'empatia**
- la **consapevolezza**
- l'**allenamento al benessere emozionale**



# COSA OFFRIAMO COME SI SVOLGE



- **3 WEBINAR FORMATIVI** secondo il metodo ACTION4
- **1 APPUNTAMENTO** di approfondimento e condivisione primi risultati<sup>®</sup>
- **CLASSE CON POSTI LIMITATI A 25 PARTECIPANTI**
- **TUTORING** via mail fino a 30 giorni dopo la fine del percorso
- **COACHING** personalizzata di 40 minuti (per chi lo desidera)
- **CONTENUTI** del corso (audio, slide e manuale) condivisi su area riservata
- **ALLENAMENTI SETTIMANALI** per la durata del corso
- **ATTESTATO DI PARTECIPAZIONE\*** e **CERTIFICAZIONE FINALE\***

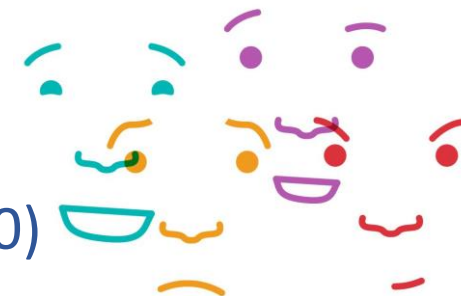
Certificazione Da Ente  
di Ricerca riconosciuto  
da C.E. e MIUR



**ACTION4...**  
life management school

\* con partecipazione in diretta ad almeno 80% delle lezioni (almeno 3 appuntamenti)

# OFFERTA



- **QUANDO** > Martedì 12-19-26 maggio e Giovedì 4 giugno (20:30-22:00)
- **DOVE** > comodamente a casa, ritagliandoti 2 ore a settimana
- **COME** > con lezioni in diretta, esercizi, allenamenti e con Tutor personale
- **VALORE** del intero percorso > € 247
- **FINO ALL'11 MAGGIO** > € 197,00 IVA INCLUSA
- **SOLO 6 POSTI RIMASTI**

**VOGLIO PARTECIPARE!**  
**CLICCA QUI**