



Accade presso...

la LIBRERIA
del TEMPO

Invece di dire a tuo figlio:
“attento che cadi”, prova
a dirgli: “mantieni l’equilibrio.”
(Alejandro Jodorowski)

Intelligenza emotiva in famiglia

Costruiamo relazioni positive e connessioni significative

Senza ombra di dubbio la nostra è una civiltà tecnologicamente avanzata ma è poco più che primitiva sul piano comunicativo-relazionale, in quest’ottica gli adulti e i giovani sovente non possiedono né la sensibilità per cogliere il problema, né gli strumenti per comprenderlo e affrontarlo. Il nocciolo della questione è che nessuno ci ha mai insegnato a comunicare e ad impostare in modi sani e costruttivi i nostri rapporti con gli altri. Nell’ambito relazionale, la scuola dà grande importanza alla competenza linguistica, ma si rivela poco efficace se non è affiancata da un adeguato sviluppo delle competenze comunicative, relazionali ed emotive. Ad esempio, sul piano della comunicazione, nel corso della nostra istruzione, impariamo a leggere, a scrivere e a parlare, ma non siamo formati nell’ascolto e nel comprendere realmente l’altro in quanto diverso da noi. Considerando che l’**intelligenza emotiva** influisce in maniera determinante sulle probabilità di successo di una persona, è fondamentale insegnare ai bambini a riconoscere le proprie emozioni, assegnando loro un nome e classificandole, in modo che siano poi in grado di gestirle al meglio. **John Gottman**, psicologo dello sviluppo, nel suo libro “**Intelligenza emotiva per un figlio**” ci offre una visione nuova del ruolo del genitore ponendolo sul piano del **genitore allenatore**. Il genitore allenatore è quel genitore che riesce a mettersi nei panni del figlio, che vede un’occasione di crescita nelle emozioni, anche in quelle negative e che, di conseguenza, riesce a gestire i momenti difficili o di crisi.

Riguardo al corso

Si tratta di conoscere meglio la nostra natura emotiva per poi metterla in relazione alla nostra quotidianità. Scopriremo cos’è l’intelligenza emotiva e perché è necessario appropriarsene per risolvere situazioni conflittuali e condurre una vita appagante. La formazione servirà anche a capire come la tecnologia interagisce con la nostra felicità, al fine di farne un uso consapevole.

Sabato 14 settembre partirà il “**Costruiamo relazioni positive e connessioni significative**” presso “**La libreria del tempo**” di Savosa, dalle 17.00 alle 18:30, dove svolgeremo la prima formazione per poi proseguire con altre unità formative e attività di coaching di gruppo (massimo 5 persone per gruppo) per condividere esperienze, superare difficoltà e acquisire nuovi strumenti.

Prezzo primo incontro: Fr 60.-

Formatore: Salvatore Benvenuto - Formatore e Coach in marketing personale, comunicazione e intelligenza emotiva. Per informazioni: