

MODALITA' DI ISCRIZIONE

Disponibile online sul sito

www.nursingup-piemonte.it

nella pagina formazione.

NOTE

ASSEGNAZIONE CREDITI ECM:

I crediti ECM verranno assegnati solo ed esclusivamente se:

- Verranno frequentate tutte le ore previste
- Al superamento del test di verifica apprendimento



**CORSO GRATUITO
PER ISCRITTI NURSING UP**



**ACCREDITATO PER TUTTE LE
PROFESSIONI SANITARIE**



**SONO RISERVATI 3 POSTI IN AULA PER
ISCRITTI O.P.I. TORINO NON ASSOCIATI
NURSING UP**

PER L'ISCRIZIONE INVIARE MAIL A :

FORMAZIONE.NURSINGUP@GMAIL.COM

**AEFFE
FORMAZIONE**

IN
COLLABORAZIONE
CON



Evento residenziale

LA CHIAVE TRA STRESS LAVORATIVO E BENESSERE PSICOFISICO



22 NOVEMBRE 2019

TORINO

Aula Formazione O.P.I.

via Stellone 5
secondo piano

**RICHIESTI 8 CREDITI
In fase di accreditamento**

INTRODUZIONE

Lo sviluppo dell'intelligenza emotiva è un requisito importante nelle professioni di cura e di assistenza perchè tutela il BEN-ESSERE lavorativo degli operatori e produce effetti positivi sulla qualità assistenziale del servizio fornito ai pazienti .

Gestire le emozioni significa mantenere la calma e la lucidità anche sotto pressione, aiuta nella gestione dei conflitti purtroppo così frequenti in ambito lavorativo .

La gestione delle emozioni è quindi una competenza fondamentale nelle professioni socio-sanitarie.

OBIETTIVI

- approfondire la conoscenza e la dinamica delle emozioni
- sviluppare l'intelligenza emotiva
- migliorare la capacità di gestire situazioni stressanti
- migliorare le capacità relazionali in ambito lavorativo
- migliorare la capacità di attivare le nostre risorse interiori attraverso il potere della mente

PROGRAMMA

ORE 8.30-8.45

REGISTRAZIONE DISCENTI

ORE 8.45-10.30

I TRE PILASTRI DELL'INTELLIGENZA EMOTIVA

CONOSCERE E GESTIRE LE EMOZIONI

ORE 10.30-10.45

PAUSA CAFFE'

ORE 10.45-12.45

TECNICHE DI RILASSAMENTO E DI LIBERAZIONE EMOZIONALE (QIGONG-VISUALIZZAZIONE CREATIVA-PNL-PSICOCIBERNETICA)

ORE 12.45-13.45

PAUSA PRANZO

ORE 13.45-15.30

SVILUPPARE L'INTELLIGENZA EMOTIVA
L'INTELLIGENZA EMOTIVA NEI RAPPORTI DI LAVORO

ORE 15.30-16.30

TECNICHE DI RIPROGRAMMAZIONE EMOZIONALE
ADDESTRAMENTO ALLA CREAZIONE DI NUOVE STRATEGIE EMOZIONALI

ORE 16.30-17.00

CONCLUSIONE LAVORI
TEST DI VALUTAZIONE

DOCENTE

PAOLA IMARISIO

INFERMIERA

ESPERTA NELL'UTILIZZO DI TECNICHE DI RILASSAMENTO PSICOFISICO

MASTER PNL