

16. LA GESTIONE DELLO STRESS ATTRAVERSO LO SVILUPPO DELL'INTELLIGENZA EMOTIVA

**A
R
E
A

R
E
L
A
Z
I
O
N
A
L
E**

DATA	venerdì 12 aprile 2024		
ORARIO	09.00 – 12.00 / 13.00 – 16.00		
LUOGO/MODALITÀ	consultare il link https://www.asiticino.ch/formazione/programma-corsi/		
SCOPO	oggi lavorare è diventato ancora più complesso. Ci sono studi che affermano come più del 35% delle persone in Svizzera soffre di disturbi stress-correlati. Diventa quindi utile conoscere quali sono gli elementi “stressori” che caratterizzano la nostra vita, non solo professionale, ma soprattutto quali soluzioni concrete possono essere messe in atto per farvi fronte. Una di queste è lo sviluppo dell’intelligenza emotiva secondo i concetti di Daniel Goleman		
CONTENUTI	<ul style="list-style-type: none"> • le condizioni lavorative attuali all’interno delle strutture sanitarie • la bilancia dello stress • quali emozioni si attivano durante un turno di lavoro • quali soluzioni l’intelligenza emotiva mette a disposizione e come metterle in pratica 		
METODOLOGIA	<ul style="list-style-type: none"> • gli insegnamenti impartiti si rifanno alla pedagogia per adulti, privilegiando il confronto esperienziale tra i partecipanti. La lezione si svolge integrando una forma seminariale con lavori di gruppo, apporti teorici e atelier pratici 		
RELATORE	Mariano Cavolo, docente SUPSI		
PARTECIPANTI	operatrici/tori del ramo socio – sanitario minimo 10		
QUOTA	membri ASI-SBK	Fr.	75.—
	non membri ASI-SBK	Fr.	110.—
TERMINE ISCRIZIONE	11.03.2024		
ISCRIZIONI	www.asiticino.ch/formazione/iscrizione-ai-corsi-asi/		
INFORMAZIONI	Segretariato ASI-SBK Sezione Ticino - via Simen 8 - 6830 Chiasso Tel. 091/682 29 31 – Fax 091/682 29 32 E-mail segretariato@asiticino.ch Sito www.asiticino.ch		
ATTESTATO	attestato di partecipazione rilasciato dal Centro di Formazione ASI-SBK Sezione Ticino		

L'ISCRIZIONE È OBBLIGATORIA