



# Centro Studi Panta Rei

*Per l'integrazione tra Psicologia, Medicina e Neuroscienze*



Incontro/Webinar gratuito di Science-Help per tutti:  
«Lavorare con Intelligenza Emotiva:  
Benessere e Successo professionale»

Evento patrocinato



Ordine  
degli Psicologi  
della Lombardia

Relatore

dott. Nunzio Nasti



Data: martedì 10 maggio 2016, ore 20.30 - 22.30

Sede dell'incontro:

Agriturismo Shakey - Via Monte Rosa, 1  
22070 - Grandate (Co)

E' possibile partecipare all'incontro anche  
attraverso webinar gratuito (video conferenza).



*Nell'incontro risponderemo alle seguenti domande:*

- ❑ Che cosa è l'Intelligenza Emotiva?
- ❑ Perché è fondamentale per il successo professionale?
- ❑ Perché le emozioni sono «intelligenti»?
- ❑ Quali sono i principali studiosi dell'Intelligenza Emotiva?
- ❑ Perché l'intelligenza Emotiva è importante proprio adesso nel contesto lavorativo?
- ❑ Quali sono le competenze di base dell'Intelligenza Emotiva?
- ❑ L'intelligenza Emotiva è una moda?
- ❑ Come misurare la propria Intelligenza Emotiva?
- ❑ Quali sono i principali strumenti/metodi per incrementare l'Intelligenza Emotiva?

*Metodo didattico:*

- ❑ L'incontro è centrato sulla pratica, sull'interattività e sull'analisi di filmati.

## Prime brevi risposte ad alcuni temi dell'incontro

### **Che cos'è l'Intelligenza Emotiva in breve?**

E' la capacità di automotivarsi, di tollerare le frustrazioni, di persistere nel perseguire un obiettivo nonostante le difficoltà, di controllare gli impulsi e rimandare la gratificazione, di conoscere e modulare i propri stati d'animo evitando che la sofferenza ci impedisca di pensare; infine, è la capacità di essere empatici e di sperare.

### **Come mai è stato usato il concetto di Intelligenza?**

Perché l'intelligenza, classicamente intesa facendo riferimento alle sole capacità logico-matematiche, era un concetto del tutto insoddisfacente rispetto alle scoperte moderne sul funzionamento della mente umana.

**Perché collegare il concetto di Intelligenza (culturalmente legato alla razionalità ed al pensiero) al concetto di Emozioni (culturalmente legate alla irrazionalità)?**

Perché si è compreso che il pensiero ha molti aspetti irrazionali così come le emozioni ne hanno molti razionali.

## **Perché si propone l'Intelligenza Emotiva negli incontri di Science-Help ?**

Perché è stato ampiamente dimostrato che possedere abilità di Intelligenza Emotiva è fondamentale nella gestione della propria vita oltre che del proprio lavoro, nella gestione dei rapporti umani e che la sua importanza è almeno pari (ma mai inferiore) alle competenze tecniche.

## **L'Intelligenza Emotiva si può apprendere?**

Nessuno di noi nasce con un bagaglio di Intelligenza Emotiva preformato e innato. Si è visto che l'Intelligenza Emotiva si può apprendere durante l'infanzia e l'età adulta vivendo in ambienti che riescono a stimolarne la formazione oppure tramite training appositamente progettati a tale scopo.

# Informazioni

**E' necessario prenotarsi all'incontro dal vivo** scrivendo a [info@pantarei2000.it](mailto:info@pantarei2000.it) o telefonando allo +39/031.56.54.49; +39/338.76.74.619

**Sito dell'organizzatore:** [www.pantarei2000.it](http://www.pantarei2000.it)

**Quota di partecipazione:** euro 10 (inclusa consumazione)

E' possibile partecipare all'incontro anche attraverso **webinar gratuito** (video conferenza).

**Per prenotarsi al webinar (gratuito):** \_

**<https://attendee.gotowebinar.com/register/1753771997559220484>**



## Appendice: che cosa è un Webinar

Il Webinar (letteralmente seminario via web) è un evento live (dal vivo) erogato attraverso internet, che permette a più persone contemporaneamente di collegarsi in diretta per partecipare a una lezione interattiva, un corso di formazione suddiviso in più sessioni, un workshop o una conferenza.

Grazie a internet, il webinar coniuga in un'unica esperienza la comodità di fruizione da casa con l'efficacia e l'interattività tipiche di un evento in presenza. Proprio come in un'aula reale ci si ritrova all'ora prestabilita e tutti i partecipanti hanno la possibilità di intervenire attivamente nel corso dell'evento per porre domande e condividere idee.



# Relatore dell'incontro:

**dott. Nunzio Nasti; psicologo e psicoterapeuta**



## Introduzione agli incontri di Science-Help per tutti:

Nei nostri incontri ci interessa **la promozione e l'incremento del benessere psicofisico** della persona, della coppia, della famiglia e della società con le nuove scoperte scientifiche della psicologia, della medicina e delle neuroscienze.

Gli incontri sono dedicati a **tutte le persone**, che a prescindere dalla loro provenienza etnica, credo politico, religioso, titolo di studio, hanno una forte passione per la conoscenza scientifica negli ambiti suddetti.

Per noi la **Scienza** (con la **S** maiuscola) è un metodo di conoscenza della realtà che ha queste caratteristiche potenziali («potenziali» perché nella realtà c'è il fattore umano ed ineliminabile dello «scenziato»):

- ❑ Persegue una costante verità senza avere la presunzione di possedere la verità assoluta. L'approssimazione continua alla verità è un suo scopo principale (K. Popper)
- ❑ Quello che è dimostrato vero da una ricerca deve essere replicabile, dimostrabile o falsificabile in una diversa ricerca che ha utilizzato criteri uguali ai precedenti
- ❑ Il metodo scientifico è basato su flessibilità, anti-dogmatismo, confronto e coltiva un sano dubbio perché “Sa di non sapere” (Socrate)
- ❑ E' alla base della democrazia perché è aperta a tutti, non segue ideologie particolari, non ha in sé il germe del fanatismo, promuove una visione della realtà il più ampia possibile
- ❑ Promuove indipendenza di pensiero, libertà e non sudditanza a nessuna autorità costituita.
- ❑ E' interessata ad arricchirsi attraverso il confronto con gli altri sistemi di conoscenza: Arte, Filosofia, Religione e Letteratura, per esempio.

# Il nostro concetto di Scienza in sintesi



# *Gli incontri di Science-Help per tutti sono anche eventi On Demand*

A richiesta, siamo a disposizione per venire incontro a differenti esigenze, modificando:

- ❑ Giorni, orari, sedi preferite (Milano, Como, nella propria città o sede aziendale, oppure online, attraverso video conferenza), partecipazione individuale o in gruppo.

*Richiedi una consulenza gratuita* per  
*l'attivazione di uno o più di questi incontri!*

# Principali tematiche anno 2015-2016

- ❑ Come prevenire e curare le malattie da stress con le tecniche di rilassamento
- ❑ Come incrementare l'autostima
- ❑ Come prevenire l'invecchiamento cerebrale e le malattie neurodegenerative
- ❑ Cosa è la depressione, come si cura e come si previene?
- ❑ Cosa sono i disturbi d'ansia, come si curano e come si prevengono?
- ❑ Come prevenire il cancro con l'alimentazione
- ❑ L'utilizzo degli psicofarmaci: rischi e benefici
- ❑ La comunicazione: come essere persuasivi e come difendersi dai manipolatori
- ❑ L'intelligenza emotiva per raggiungere il successo professionale ed umano
- ❑ L'intelligenza emotiva per una coppia felice
- ❑ Come nasce e cresce un tumore 1: la cellula normale
- ❑ Come nasce e cresce un tumore 2: la cellula malata
- ❑ Primo: non nuocere. Diagnosi e DSM (Manuale Statistico dei Disturbi Mentali) 5
- ❑ Come funziona il Sistema Nervoso?
- ❑ Che cos'è la neuroplasticità? Cosa succede quando impariamo nel nostro cervello?