



## MANAGEMENT SKILL

GESTIRE LE EMOZIONI E I CONFLITTI

### *Gestire la propria rabbia ed esprimerla in modo positivo*

**A CHI SI RIVOLGE**  
Tutti i professionisti.

**OBIETTIVI**  
Gestire la propria rabbia positivamente. In questo corso apprenderete ad individuare i primi segnali di rabbia. Cogliere i messaggi nascosti della rabbia. Esprimere la propria rabbia in modo adeguato. Gestire la rabbia degli altri.

**LINGUE DISPONIBILI:**



## CONTENUTI

- Individuare e capire le cause della rabbia
- Affrontare la propria rabbia
- Affrontare la rabbia degli altri
- Esempi concreti ed espliciti della rabbia in azienda
- I lati positivi della rabbia
- I mezzi pratici per esprimere la rabbia a qualcuno prima che sia troppo tardi

### TEST INTERMEDI:

All'interno di ogni modulo vi sono dei momenti di autovalutazione non vincolati che consentono all'utente di interagire con l'animazione verificando l'apprendimento dei concetti presentati..

### SUPERAMENTO

Il corso viene considerato concluso una volta fruiti tutti i contenuti.

### CERTIFICAZIONE

La certificazione è a carico dell'Ente di Formazione che eroga i corsi.

---

## I VANTAGGI DELL'E-LEARNING

- Risparmio in termini di tempo e costi
- Piattaforma AICC/SCORM 1.2 conforme agli standard internazionali, utilizzabile in modalità strutturata o semi-strutturata
- Accessibilità ovunque e in ogni momento



### **DURATA**

30 minuti

### **TIPOLOGIA DI EROGAZIONE**

courseware multimediale



### **FRUIZIONE**

6 mesi



### **CODICE CORSO**

M193



### **REQUISITI**

CPU Pentium II 400 MHz

Ram 32 Mbytes

Scheda video SVGA 800x600

Scheda audio 16 bit

Amplificazione audio

Web browser Internet Explorer o Firefox ultime versioni

Plug-in Shockwave Player, Flash Player, Java