

EMPATIA & CONFLITTI



La parola conflitto deriva dal verbo latino 'confligere', composto da *cum* (con) e *fligere* (combattere) e implica che due o più parti che si incontrano. Anche quando ci riferiamo a un conflitto interiore, ci sono due o più parti di noi che discutono su qualcosa! Poiché il conflitto coinvolge più prospettive, per risolverlo efficacemente è necessario vedere queste prospettive. Questa è l'empatia! Con l'empatia, possiamo capire e apprezzare l'intero spettro delle emozioni delle persone, e quindi essere in grado di trovare un terreno comune.

Partecipa a questo "EQ Café" interattivo per esplorare come mettere in pratica l'intelligenza emotiva può aiutarci a gestire meglio i conflitti.

Praticare l'Intelligenza emotiva (o EQ) significa essere più intelligenti con le emozioni, e possiamo rafforzarla, allenandoci insieme. Gli EQ Café sono laboratori divertenti per persone curiose che vogliono saperne di più sull'intelligenza emotiva per connettersi e imparare insieme.

In questo EQ café scopriremo:

- **Cosa intendiamo per conflitto?**
- **Quali sono i nostri modi di gestire i conflitti (specialmente nell'era digitale e in questo momento di estrema polarizzazione)?**
- **In che modo l'Intelligenza Emotiva e l'empatia possono aiutarci ad affrontare, trattare e risolvere i conflitti?**

Chi: Chiunque sia interessato a conoscere e praticare l'Intelligenza Emotiva – un set di competenze misurabili e scientificamente validate - di cui tutti noi abbiamo bisogno per crescere

Cosa: Laboratorio gratuito interattivo

Quando: **17 marzo – dalle 17.30 alle 19.30**

Dove: Online su Zoom (vi verrà mandato un link di accesso dopo la vostra registrazione)

Come: **Prenota il tuo posto su Eventbrite entro il 16 marzo** cliccando il link seguente:

<https://www.eventbrite.it/e/biglietti-eq-cafe-empatia-conflitti-community-di-torino-275706795447?aff=erelexpmlt>

Per informazioni: Gianni Andreotti

Gianni Andreotti – Cell.: +39 393 8881767 – info@andreotticonsulting.it – www.andreotticonsulting.it