

## COMUNICAZIONE ED INTELLIGENZA EMOZIONALE

### Premessa

La natura intima dell'uomo è una natura sociale ed emozionale. Tutti noi siamo, costantemente, immersi in una fitta rete di relazioni dove la comunicazione delle emozioni determina, influenza, motiva e dirige le azioni degli esseri umani.

Anche dove, in apparenza, vige il comportamento più razionale le emozioni svolgono un ruolo fondamentale nei processi di relazione, decisione e comunicazione. Per questo motivo imparare il linguaggio delle emozioni è un requisito fondamentale per comprendere meglio gli altri e noi stessi.

Sviluppare l'Intelligenza Emozionale, la capacità di leggere, comprendere e parlare il linguaggio delle emozioni diventa quindi uno strumento indispensabile, soprattutto nella società odierna dove gli scambi relazionali sono divenuti sempre più complessi ed ambigui.

### Obiettivi

Acquisire una conoscenza teorica dei principali paradigmi psicologici e sociologici che sottendono la comunicazione e le emozioni. Sviluppare la propria Intelligenza Emozionale allenando, tramite esercizi pratici mirati, le capacità di comprendere e parlare il linguaggio delle emozioni.

### Durata.

Il corso si articola in tre Moduli, per una durata complessiva di 12 ore.

### Contenuti

Primo Modulo. (4 ore)

Paradigmi Teorici della Comunicazione

Dal Modello Matematico al Modello Psicologico della Comunicazione come gioco di relazioni

Metacomunicazione, Teorie della Mente e Comunicazione Ambigua.

Secondo Modulo. (4 ore)

Le Emozioni, principali teorie sullo sviluppo emozionale

La psicofisiologia delle Emozioni. Le teorie evolucionistiche e cognitive

Terzo Modulo. (4 ore)

Comunicazione Emozionale, esercizi per l'autoapprendimento

Autopercezione e Simulazione: analisi, scomposizione e reintegrazione dei livelli metacomunicativi

### Docente.

Daniele Di Lernia: Psicologo iscritto all'Ordine della Lombardia, specializzato in Psicodiagnosi di Personalità tramite il Test di Rorschach siglato secondo il Sistema Comprensivo di Exner

Laureando in Scienze Antropologiche ed Etnologiche presso l'Università Bicocca di Milano