

# SELF LEADERSHIP

*Acquisire la capacità di guidarsi verso gli obiettivi*

## IL PROGRAMMA:

### 1. Leader di sé stesso

- a) riconoscimento e valorizzazione delle caratteristiche personali
- b) l'autovalutazione: strumento per conoscere dove si è e come muoversi per migliorarsi
- c) caratteristiche del nostro «modello del mondo»
- d) l'autostima e l'etero stima

### 2. Lo scenario delle emozioni

- a) le condizioni
- b) la percezione personale

### 3. Il ciclo del processo emotivo

- a) la percezione
- b) la rielaborazione
- c) la reazione

### 4. L'inquadramento "intelligente":

- a) contestualizzazione di "intelligente"
- b) il cambio di configurazione dell'emotività
- c) il valore "economico" della gestione intelligente delle emozioni"
- d) il passaggio a competenza Emotiva
- e) la competenza Sociale