

CORSO AGGIORNAMENTO RLS: “ALLENARE L’INTELLIGENZA EMOTIVA: IMPLEMENTARE LA REGOLAZIONE EMOTIVA, L’AUTOCONTROLLO E LA COMUNICAZIONE EMPATICA E ASSERTIVA SUL LAVORO” (F) // 30/06/2026

Scadenza iscrizioni: 23 giugno 2026

DATA: 30 giugno 2026

ORARIO: 08:45/12:45

SEDE: Confindustria Academy – Via Parini, n.31 (Lecco)

DESTINATARI

RLS che hanno già effettuato il percorso formativo base.

OBIETTIVI

Potenziare le capacità di regolazione emotiva, gestione dell'autocontrollo e comunicazione empatica e assertiva, per favorire interazioni efficaci nell'ambito lavorativo e ottimizzare l'esercizio di ruoli di leadership, management e team building.

CONTENUTI

Modulo di regolazioni emotiva e gestione autocontrollo – tecniche propedeutiche per poter comunicare con lucidità e stabilire una sintonizzazione relazionale

- Conoscere alcune emozioni spiacevoli e i bisogni sottostanti per poterli comunicare adeguatamente.
- La mappa della finestra di tolleranza: la regolazione e la disregolazione delle emozioni.
- Esercizi pratici di respirazione e cognitivi per regolare l'iperattivazione e l'ipoattivazione psicofisica durante la disregolazione emotiva e potenziare l'autocontrollo per permetterci di ritrovare lucidità per comunicare adeguatamente e costruttivamente sul lavoro.

Modulo tecniche di comunicazione empatica – assertiva

- Differenza tra comunicazione passiva, aggressiva, aggressivo passiva e empatico assertiva.
- Allenare la metacomunicazione in risposta a comunicazioni di valenza aggressivo passiva.
- Comunicazione empatica e assertiva: il messaggio IO e la frase ternaria.
- Esercizi di consapevolezza rispetto alle comunicazioni che sentiamo difficili.

DOCENZA

Luca Santopolo, professionista del settore

QUOTA D'ISCRIZIONE

€ 170,00 + IVA a partecipante per le aziende associate che si iscrivono ad un unico corso di 4 ore

€ 220,00 + IVA a partecipante per le aziende associate che si iscrivono a n.2 corsi da 4 ore

Alle aziende non iscritte al sistema Confindustria sarà applicata una maggiorazione del 50%.

NB. Le aziende con meno di 50 dipendenti sono soggette all'aggiornamento annuale di 4 ore. Le aziende con più di 50 dipendenti sono soggette all'aggiornamento annuale di 8 ore.

AGEVOLAZIONI

Iscrivendo ad un seminario più partecipanti le aziende avranno diritto ai seguenti sconti:

- sconto del 10% per il secondo iscritto
- sconto del 20% dal terzo iscritto.

Nota bene:

Per le aziende aderenti al Fondo Paritetico Interprofessionale Fondimpresa, si ricorda che il corso può essere finanziato con il conto formazione aziendale, ove ne sussistano i presupposti.

DATI PER IL PAGAMENTO

Union Service Srl

BANCA POPOLARE DI SONDRIO - Sede di Lecco

IT40B0569622900000004950X43

Union Service Srl emetterà regolare fattura

[CLICCA PER ISCRIVERTI AL CORSO](#)