



**L'INTELLIGENZA EMOTIVA E  
LA GESTIONE ATTIVA DELLO STRESS**

30 e 31 Maggio 2020

**BOLOGNA**

**1 WEEKEND**

**14 ORE TOTALI**

**15 CREDITI ECM**

# 30

Sabato  
Maggio  
2020

Dott. E. Paoelli

Ore 13.00 > 19.00

- La visione sistemica dello stress
- Esame dei maggiori campi di disturbo correlati allo stress
- Sintomi dello stress
- Stress personale e professionale
- Diagnosi medica, psicologica e laboratoristica dello stress
- Neuro-Quantistica® e Programmazione Neuro Quantistica®
- Rimedi naturali contro lo stress:
- Alimentazione
- Integratori
- Fitoterapia
- Fiori di Bach
- Esercizio fisico

# 31

Domenica  
Maggio  
2020

Dott. E. Paoelli

Ore 09.00 > 18.00

- Strategie di coping e ristrutturazione nella gestione dello stress
- Intelligenza emotiva e gestione delle emozioni
- La comunicazione non violenta
- Gestione del tempo e delle nuove tecnologie
- Esercitazioni pratiche sulla valutazione dello stress
- Tecniche di de-escalation
- Esercitazioni pratiche sulle tecniche del *PNQ Stress Reduction Program*®:
- costituito da un insieme di tecniche stress management basate sul paradigma quantistico della coscienza

Ore 18.00 > 18.30

**TEST ECM**

Scopri di più sui nostri corsi!  
visita il sito

[www.corsidiformazionecm.it](http://www.corsidiformazionecm.it)

Segreteria Organizzativa  
Sig.ra Claudia Petrazzuolo

Cell. [3394846020](tel:3394846020) | eMail: [responsabile@corsidiformazionecm.it](mailto:responsabile@corsidiformazionecm.it)