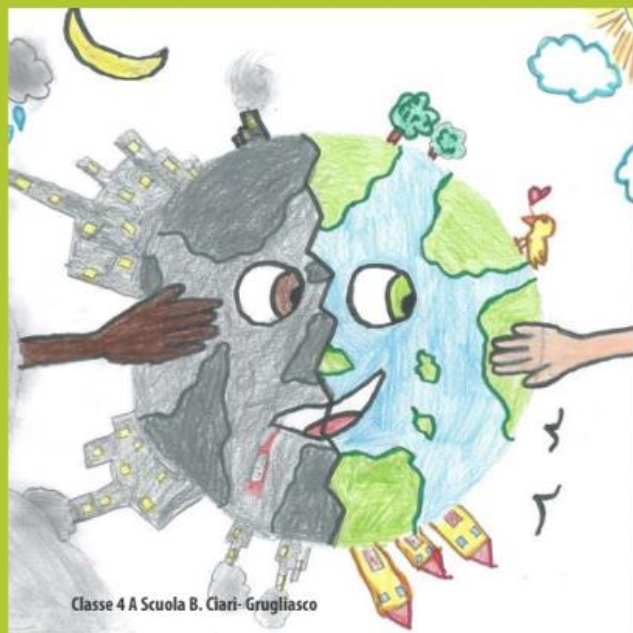




# LA SETTIMANA DELLA BIOETICA

PREVENZIONE CURA  
INGEGNO RINASCENZA

18/24 MARZO 2024



Classe 4 A Scuola B. Ciari-Grugliasco

## Tiziana Sacco

Docente di Scienze Biologiche

PhD in Neuroscienze

Presidente di ARNA ONLUS - Torino

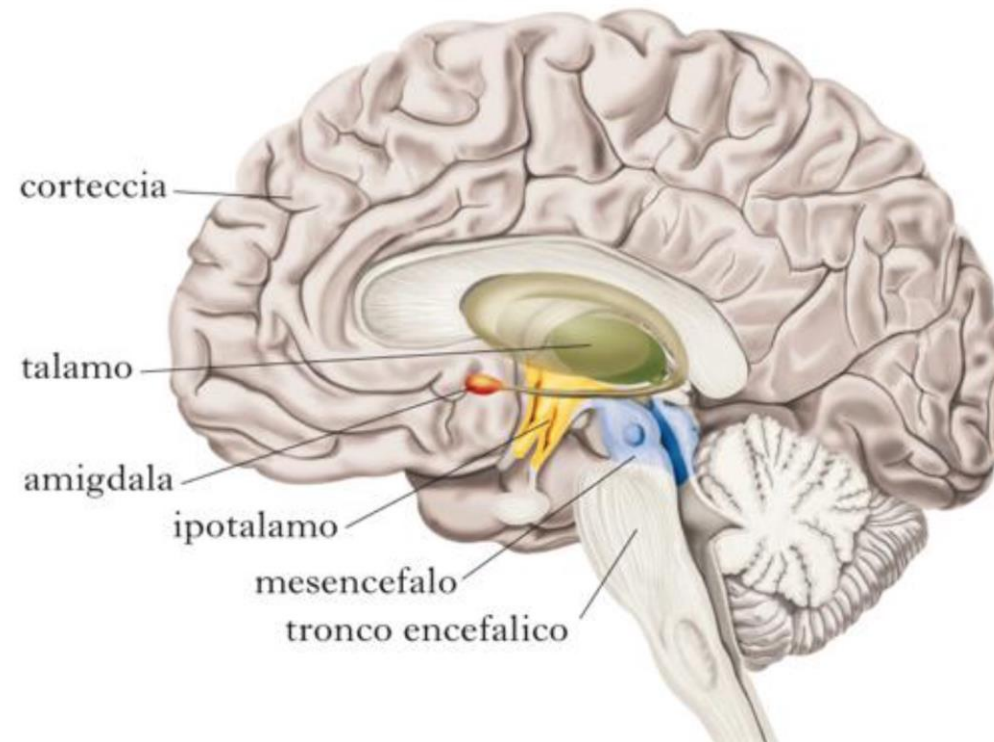
Associazione di Ricerca Neuroscientifica per l'Apprendimento

Direttrice di Al Centro dell'Apprendimento



# Intelligenza ed emozioni







QUOZIENTE INTELLETTIVO  
(QI)



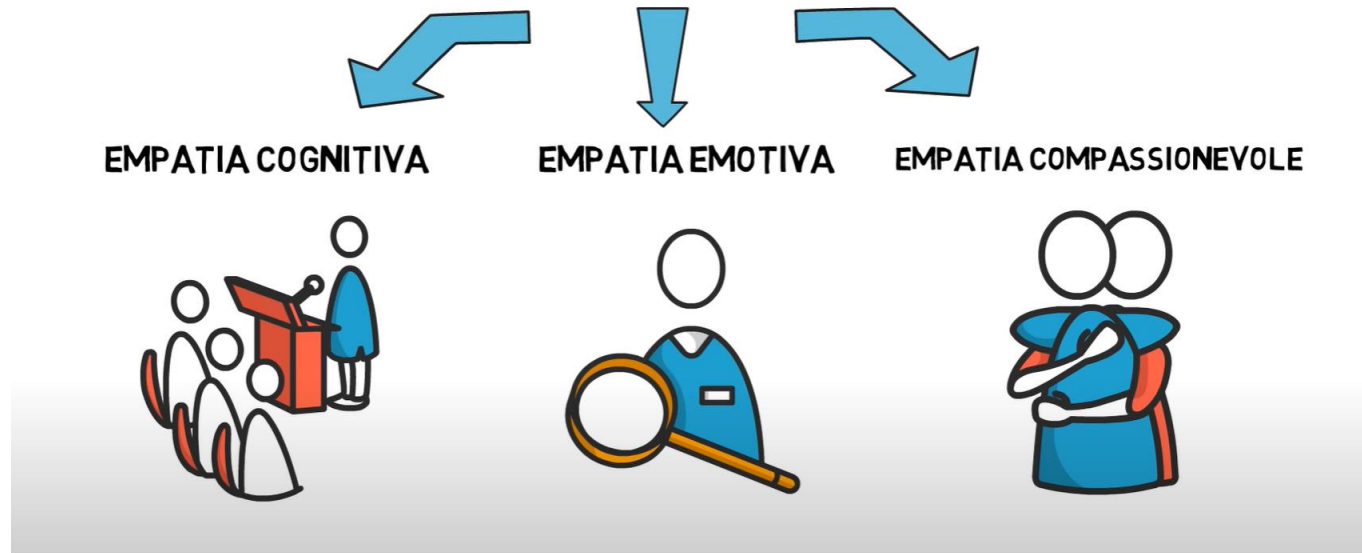
QUOZIENTE DI CURIOSITÀ  
(QC)



QUOZIENTE INTELLIGENZA EMOTIVA  
(QE)

- Intelligenza emotiva  
Abilità di riconoscere, capire e controllare le proprie emozioni e riconoscere, capire e influenzare le emozioni delle altre persone. *Daniel Goleman*
- La crescita costante dell'intelligenza emotiva avrà un impatto su tutte le nostre relazioni con le altre persone e su tutta la nostra vita
- Si possono individuare 9 caratteristiche individuabili in chi ha un'elevata intelligenza emotiva

## 1. Empatia

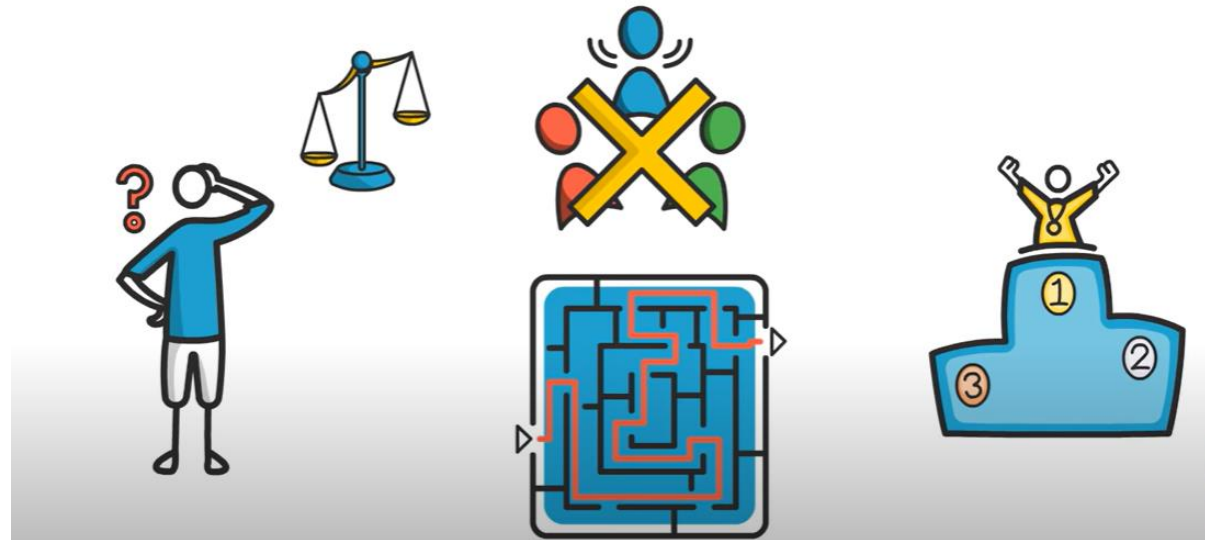


1 -Intuire ciò che pensa l'altra persona e comprendere il suo punto di vista

2 -Comprendere ciò che pensa l'altra persona e provare dentro di sé le sensazioni dell'altro

3 -Comprendere emozioni dell'altro, provarle dentro di sé e volere aiutare l'altra persona, perché ci si mette nei panni altrui

## 2. Autocoscienza



- L'arte di conoscersi per poter gestire la propria vita, essendo consci dei punti deboli e dei propri punti di forza
- Non cercare capri espiatori
- Saper accettare le critiche e farne tesoro

### 3. *Mentalità positiva*

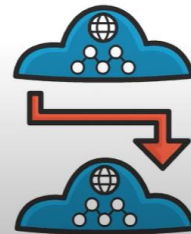


- Avere fiducia in se stessi e sapere di essere padroni del proprio destino
- Sapere che con perseveranza e attitudine si possono raggiungere i risultati sperati
- Non passare il tempo a lamentarsi
- Se guardiamo il mondo in modo positivo, saremo più motivati e avremo obiettivi più lungimiranti
- Otterremo piccole e grandi vittorie

## 4. Curiosità

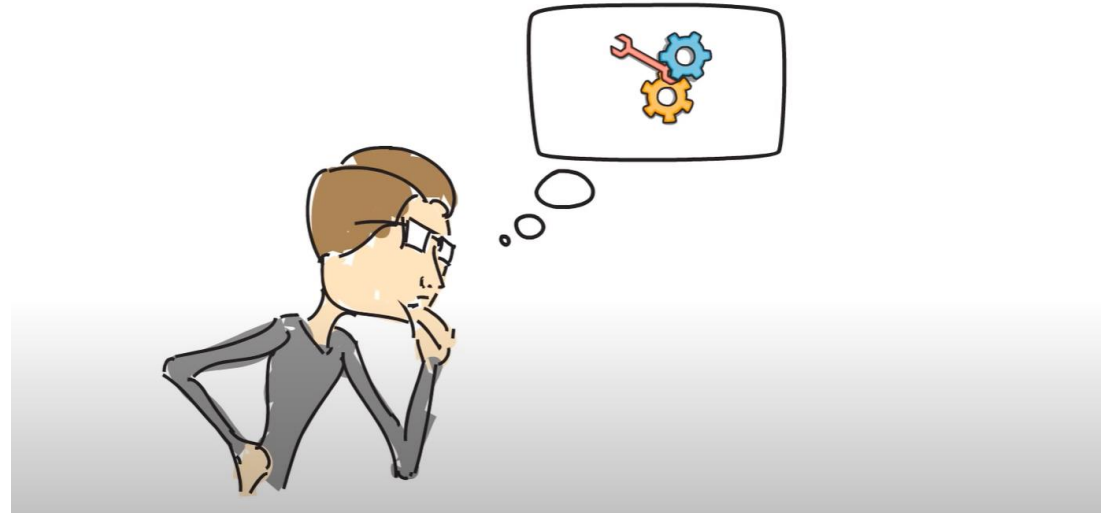


"NON HO PARTICOLARI TALENTI, SONO SOLO APPASSIONATAMENTE CURIOSO"



- L'essere curiosi, porta passione, voglia di imparare e di crescere
- L'essere curiosi porta positività, porta ad aumentare le relazioni e le scoperte verso l'esterno
- Si investe il proprio tempo per acquisire nuove conoscenze e competenze
- Si fanno sempre nuove esperienze

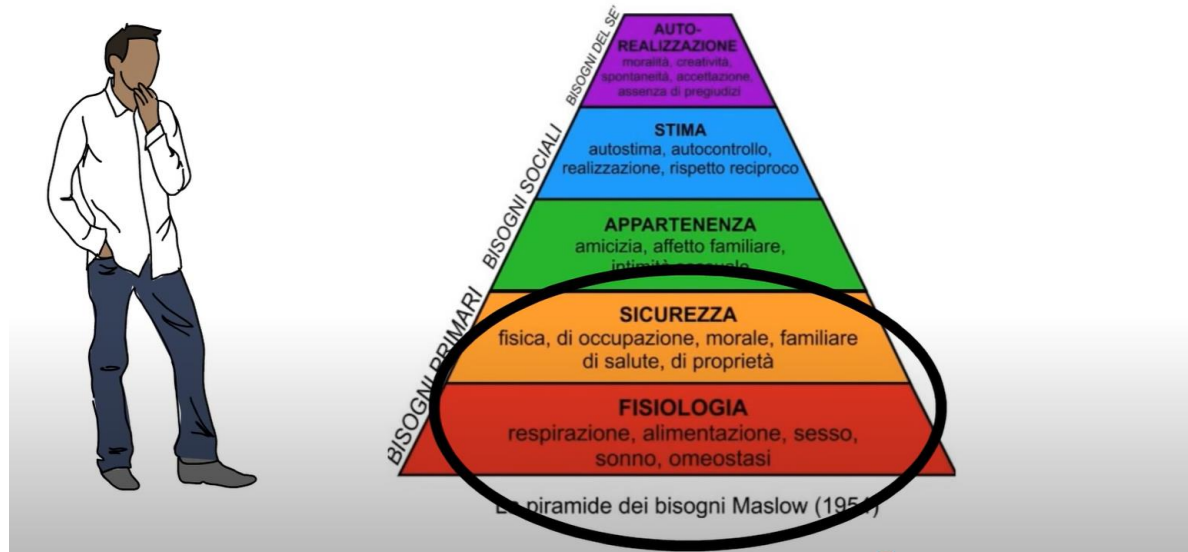
## 5. *Mentalità analitica*



- Le persone con alta intelligenza emotiva processano in modo analitico se stessi:  
le proprie decisioni, le proprie abitudini, le proprie giornate,  
in modo da continuare a migliorare se stessi e la propria vita



## 6. Bisogni e desideri



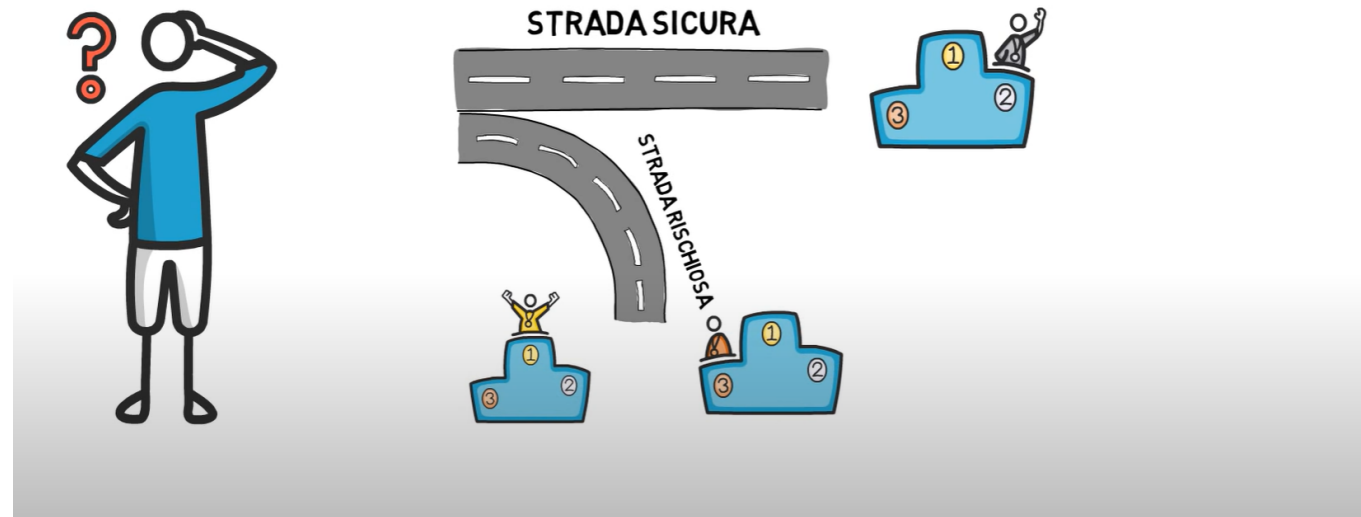
- È necessario soddisfare i bisogni di base per fare emergere i bisogni di ordine superiore
- Nascono nuovi obiettivi da raggiungere, sia relazionali, che sociali, che lavorativi
- Se non ci pone desideri elevati, non si realizzano desideri, si rimane alla base, quella dei bisogni primari
- Non si arriva alla realizzazione

## 7. Passione



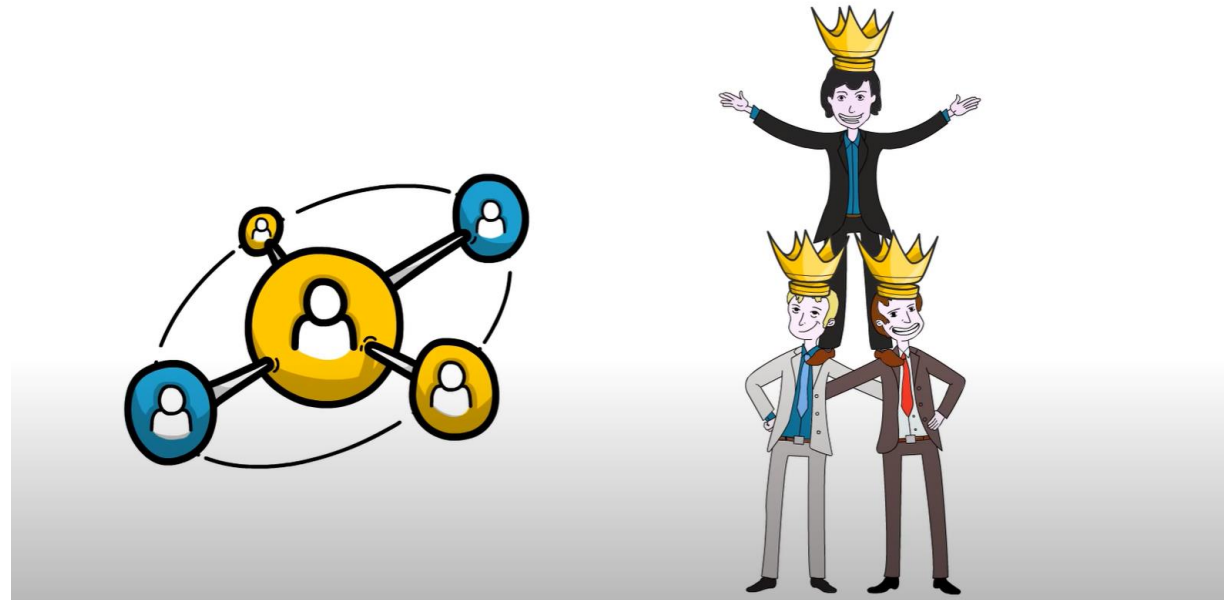
- Le persone con un'elevata intelligenza emotiva sono appassionate a quello che fanno
- Scelgono un lavoro in modo naturale e con grande motivazione
- La loro passione sarà contagiosa

## 8. Capacità di adattamento



- Le persone con elevata intelligenza emotiva, capiscono quando è il caso di cambiare qualcosa nella propria vita
- Fare scelte, prendere delle strade diverse
- Se si continua a fare ciò che si è sempre sempre fatto, si continuerà a ottenere ciò che si è sempre ottenuto

*9. Desiderio di vedere gli altri avere successo*



- Le persone con elevata intelligenza emotiva, amano aver successo per loro stesse ma amano anche ispirare gli altri ad avere lo stesso successo
- Sono dei veri leader
- Se anche gli amici e i conoscenti avranno successo, si avranno più persone con cui confrontarsi e crescere



# LA SETTIMANA DELLA BIOETICA

PREVENZIONE CURA  
INGEGNO RINASCENZA

18/24 MARZO 2024



Classe 4 A Scuola B. Clari-Grugliasco

## Tiziana Sacco

Docente di Scienze Biologiche

PhD in Neuroscienze

Presidente di ARNA ONLUS - Torino

Associazione di Ricerca Neuroscientifica per l'Apprendimento (ARNA Onlus)

Direttrice di Al Centro dell'Apprendimento

# Intelligenza ed emozioni



## VI RINGRAZIO PER L'ATTENZIONE

Per curiosità,  
domande o  
approfondimenti:

[tiziana.sacco@  
gmca.edu.it](mailto:tiziana.sacco@gmca.edu.it)