

NutriMenti Manageriali

Trentaseiesima pillola -
Incontri per Manager
Mercoledì 31 gennaio 2018

Coach Fulvia Silvestri

**“CONSAPEVOLEZZA:
UN’OPPORTUNITA’ PER VIVERE
MEGLIO”**



Fulvia Silvestri è una Life & Business Professional Coach certificata (ACC ICF Global), si occupa di coaching, di formazione e comunicazione. Lavora con le persone e con le aziende nel percorso di definizione e realizzazione degli obiettivi stimolando le potenzialità di ognuno, sia in ambito personale che professionale.

Dall'esperienza ventennale come manager di azienda ha imparato molto del mondo del lavoro, delle dinamiche che possono condurre alla demotivazione, alla rabbia e spesso alla reciproca insoddisfazione tra le parti. Lavora sulle competenze trasversali, sul talento, e aiuta a minimizzare le criticità: per migliorare la capacità di comunicare e di negoziare, per sviluppare la creatività, per gestire i cambiamenti e le difficoltà.

Molti san tutto e di se stessi nulla (Proverbio)

La consapevolezza è un fattore rilevante perché cambia le cose. Comprendere se stessi aiuta a gestire la propria vita con equilibrio, sia in contesti sociali che lavorativi, perché essere consapevoli significa conoscere le proprie preferenze, i bisogni e i desideri, i punti di forza e le debolezze. In sintesi, come vogliamo vivere nel mondo che ci circonda.

Diventare autoconsapevoli è guardare da un'altra prospettiva, è apportare cambiamenti nei nostri pensieri, è superare le nostre convinzioni e interpretazioni; scoprire quali sono le nostre emozioni ci fa crescere come persone e, accettando noi stessi e gli altri, riusciamo finalmente a relazionarci in modo credibile, opportuno e autentico.

Acquisire la consapevolezza di sé è possibile e la buona notizia è che dipende da noi.

Vi aspettiamo al Camplus Alma Mater, Via Giovanni Antonio Sacco 12

Programma:

Ore 18.30 - 20.30 - La pillola

Ore 20.30 - 22.00 - Buffet di networking (10€ a persona)