

DA PENSIERO NEGATIVO A PENSIERO POSITIVO (1GG)

Obiettivi del corso:

Prendere consapevolezza di quanto i pensieri negativi su di sé siano limitanti nella vita professionale e personale; utilizzare e trasformare i pensieri negativi su di sé in risorsa per il raggiungimento dei risultati; sviluppare il pensiero positivo come strumento per gestire i momenti di cambiamento e utilizzare il pensiero positivo come generatore di proattività.

Metodologia didattica:

Si tratta di una metodologia di formazione interattiva e dinamica, metodologia esperienziale.

Non si può trasmettere l'azione che attraverso dei "laboratori / palestre" che coniughino dinamiche di gruppo e lavori individuali sulla "vita professionale reale": i partecipanti al corso di formazione non ascoltano e basta, devono lavorare attivamente.

Questi laboratori devono essere al servizio di ogni partecipante: aiutarlo a formulare i suoi obiettivi di crescita, metterlo in una posizione attiva per apprendere "sulla sua pelle", aiutarlo a partire dalla sua esperienza a tornare sull'esperienza stessa e a formulare il suo piano d'azione.

I nostri metodi didattici ci permettono di ottenere un'acquisizione più rapida del sapere, una maggiore memorizzazione e soprattutto una motivazione accresciuta dall'attuazione pratica sul campo.

La metodologia di formazione interattiva e basata su casi pratici tratti dalle specifiche realtà aziendali, è in grado di assicurare il cambiamento dei comportamenti di lavoro.

L'adattamento delle regole base ad ogni realtà personale ed aziendale, facilita l'inserimento sui comportamenti che ciascuno adotta. Lo stile di animazione è vivace e partecipativo con molti esercizi pratici e tecniche facili da usare immediatamente.

Argomenti del corso:

DA PENSIERO NEGATIVO A PENSIERO POSITIVO (1gg)

- ✂ L'influenza sulle nostre azioni del pensiero mentale negativo rispetto all'atteggiamento mentale positivo;
- ✂ Le fondamenta del pensiero positivo;
- ✂ Non esistono fallimenti ma solo risultati;
- ✂ Mental training al pensiero positivo;
- ✂ Prendere coscienza dei pensieri negativi su di sé;
- ✂ La realtà non esiste: la mappa non è il territorio;
- ✂ L'influenza dell'atteggiamento mentale sulla nostra motivazione;

✦ Il Piano Personale di Miglioramento: costruire un piano d'azione concreto per lavorare sulle proprie aree di miglioramento individuate durante il corso di formazione:

- cosa voglio continuare a fare?
 - cosa voglio evitare?
 - cosa voglio iniziare a fare?
-