

GIA' CHE SI CAMBIA TANTO VALE CRESCERE



Ciclo di tre incontri di due ore ciascuno sulla gestione dei cambiamenti con particolare riferimento alle modalità comunicative che ognuno mette in gioco con se stessi e con gli altri.

- **Mercoledì 29 ottobre:** riflessioni ed esercitazioni sulla consapevolezza di sé e delle relazioni interpersonali. Motivare e motivarsi; gestione delle emozioni.
- **Mercoledì 05 novembre:** come servirsi delle critiche? Come criticare? Temi sulla gestione del proprio tempo, sul raggiungimento degli obiettivi, sul superamento dei traumi.
- **Mercoledì 12 novembre:** esercizi sui temi del perdono, della comunicazione efficace e della gestione delle obiezioni. Conclusioni.

Conduttore del corso **dott. Valter Cardone**, esperto di formazione e consulenza. Ha seguito stage nazionali ed internazionali dedicati allo sviluppo delle risorse umane.

Sede: CAM TO ME onlus, Milano, Via Ugo Betti 62. Fermata MM Bonola.

Orari: ritrovo ore 20.45. Inizio ore 21,00.

Costi: 25 euro. Si consiglia di seguire l'intero corso composto dai tre incontri, ma è anche possibile partecipare ad una sola serata. (10 euro).

Iscrizioni: info@camtome.it

Per chi ne fa richiesta possiamo fare avere un attestato di partecipazione.