

Migliorare noi stessi per migliorare chi ci sta accanto

Sandro Formica

PERCORSO DI AUTOCONSAPEVOLEZZA INSIEME A GENITORI E INSEGNANTI

16 e 17 dicembre 2017

Presso il Centro Scolastico Giovanni Paolo II
Via Piave 12 – Melegnano (MI)



Secondo incontro

16 e 17 dicembre 2017

1. I TUOI VALORI

- Alla scoperta dei tuoi valori
- Quali sono i valori che hai sacrificato nel perseguire il condizionamento sociale?
- Come allineare i tuoi valori a chi sei e a ciò che fai.
- Ascoltare gli altri per capire i loro valori e costruire una forte empatia.
- Quali sono le decisioni importanti da prendere per vivere nel rispetto dei propri valori?

2. I TUOI BISOGNI

- La piramide di Maslow
- Come soddisfi i tuoi bisogni psico-fisici, di sicurezza, di appartenenza e autostima?
- Raggiungere, soddisfare e vivere il bisogno di autorealizzazione.
- Come superare le difficoltà che incontrerai durante la scalata alla vetta della piramide di Maslow.
- Sviluppo di un piano strategico per sentirsi e rimanere autorealizzati.

Le modalità di lavoro

Orario	Sabato	Domenica
9:00-10:30	Prima sessione	Prima sessione
	<i>Pausa Caffè</i>	
11:00-12:30	Seconda sessione	Seconda sessione
	<i>Pausa Pranzo</i>	
13:30-15:00	Terza sessione	Terza sessione
	<i>Pausa Caffè</i>	
15:30-17:00	Quarta sessione	Quarta sessione

Sandro Formica è professore alla Florida International University, di Miami, dove insegna «Leadership», «Personal Empowerment» e «Managing Self and Others». Inoltre, insegna alla Scuola di Direzione Aziendale (SDA) presso l'Università Bocconi e l'Università della Svizzera Italiana a Lugano.

Il suo lavoro si concentra sui valori fondamentali, i bisogni umani, le emozioni, le credenze, l'immaginazione e la disintossicazione digitale per raggiungere il successo, la felicità e la produttività.

Le sue strategie didattiche altamente esperienziali, non tradizionali, si sono rivelate molto efficaci in un breve periodo di tempo.

Sandro è anche un life coach e lavora con aziende e clienti in Asia, Europa e Stati Uniti.

Ha inoltre pubblicato e presentato oltre cinquanta articoli su riviste accademiche mondiali e in conferenze di business internazionali.

LE PROSSIME TAPPE (nel 2018, sempre con modalità di lavoro a carattere seminariale)

3. I TUOI TALENTI E LE TUE COMPETENZE

- Riscoprire e coltivare i propri talenti.
- La responsabilità di condividere i propri talenti con il mondo.
- Quali sono le competenze che hai acquisito fin d'ora? Quante di queste competenze stai utilizzando?
- Il successo come risultato dell'allineamento delle tue competenze ai tuoi talenti.
- Case study.

4. LE TUE EMOZIONI

- Cos'è e come si misura l'intelligenza emotiva.
- Imparare il linguaggio delle emozioni per eliminare incertezze e aumentare la fiducia in se stessi.
- Le quattro colonne portanti delle emozioni.
- Come misurare le tue emozioni.
- Come gestire le tue emozioni.

5. LA TUA COMUNICAZIONE

- Quanto è importante la comunicazione a casa e al lavoro?
- Quali sono gli elementi essenziali della comunicazione?
- Come migliorare l'efficacia dei tuoi scambi verbali e non verbali.
- Un metodo di comunicazione in quattro step che funziona sempre e ovunque.

6. IMMAGINAZIONE

- L'importanza dell'immaginazione, così come testata da Harvard e dalla scienza in generale.
- Come hai utilizzato la tua immaginazione fino a oggi?
- Immaginazione consapevole e inconsapevole.
- I cinque step dell'immaginazione consapevole.
- Come diventare attori, registi e produttori della propria vita grazie all'immaginazione consapevole.

7. IL TUO PROPOSITO DI VITA

- I benefici che derivano dal sapere perseguire il proposito di vita.
- Le componenti del proposito di vita.
- Riscopri il tuo proposito di vita.
- Come vivere in allineamento con il proprio proposito di vita.

8. PROJECT MANAGEMENT: COME PIANIFICARE LA TUA VITA

- Cosa vuoi veramente?
- Il tuo «vision statement».
- I tuoi obiettivi.
- Le tue abitudini e i tuoi rituali.
- Il tuo piano d'azione.



La partecipazione a una giornata di lavoro ha un costo di Euro 40.

La partecipazione a 2 giorni costa Euro 70

In relazione ai costi, la coppia vale come una persona.

Il pagamento, intestato a Fondazione Educatori del Terzo Millennio Giovanni Paolo II, con sede in Melegnano, via Piave 12, va effettuato sul conto IBAN: IT 40 L 08441 33380 000000035228 presso: Cassa Rurale Banca Credito Cooperativo di Caravaggio Adda e Cremasco oppure direttamente presso la segreteria della sede del corso.

Per motivi organizzativi è necessario segnalare la propria presenza telefonando (tel. 02/9834057) o scrivendo (info@fedtm.it) alla segreteria della Scuola delle Arti e dei Mestieri Giovanni Paolo II, Melegnano, via Piave 12