



metabolé

LA STIMA DI SÉ: UN PERCORSO POSSIBILE



DESTINATARI DEL CORSO

Giovani (dai 18 anni), Leaders, Dirigenti, Personale di un'azienda pubblica o privata, Associazioni, Istituti, Religiosi/e, Direttori didattici o spirituali, Formatori, Educatori/Animatori di bambini, adolescenti e giovani, Genitori, Persone in crescita.

DURATA DEL CORSO

Residenziale di 2 giorni con successivi *follow-up* per seguire l'applicazione delle metodologie trasmesse.

Il corso Metabolé può essere svolto presso Aziende, Enti o Istituti attraverso una progettazione personalizzata in base alle esigenze degli utenti (ad esempio, personale impiegatizio, docenti, studenti, ecc.).

ORGANIZZAZIONE

Il corso viene svolto a Verona o (su gentile richiesta ed il raggiungimento del numero minimo) presso la vostra zona di residenza.

Per richiedere informazioni o preventivi gratuiti:
Tel. 045. 810.00.20 - Fax 045. 810.00.268 - e-mail: info@cs-evolution.com

VISION DEL CORSO

La stima di sé rappresenta un elemento vitale per raggiungere un'autentica solidità dell'essere e una equilibrata maturità psicologica. La mancanza di autostima può essere causata da una precoce privazione affettiva e/o da un ambiente educativo nefasto che ha causato delle "ferite narcisistiche".

Chi soffre di una bassa autostima può provare sentimenti persistenti di umiliazione, vergogna e produrre un'eccessiva autocritica; inoltre a tale disistima possono associarsi comportamenti di ritiro sociale, stati di disagio relazionale, d'invidia e/o di umore depresso.

Metabolé è un corso unico in Italia, che rappresenta un'intensa e liberante esperienza di scoperta delle proprie potenzialità di guida verso "il miglior se stessi possibile"!

Un corso speciale da donarsi e da donare, che insegna a credere in se stessi ed a comprendere che non è mai troppo tardi per decidere di stimarsi e di volersi bene "per davvero".

OBIETTIVI DEL CORSO

La parola "Metabolé" significa cambiamento, trasformazione. Metabolé propone un percorso formativo appositamente ideato per impadronirsi di strumenti concreti e operativi che permettono di lavorare sulla propria autostima ed autoefficacia. L'obiettivo è di permettere lo sviluppo di sentimenti d'adeguatezza ed armonia con se stessi.

GRAZIE A QUESTO CORSO POTRAI:

- Ritrovare una solida fiducia in te stessa/o
- Aumentare e migliorare la tua autostima
- Sapere come difenderti dalla scarsa o bassa autostima
- Imparare a credere nelle tue capacità
- Acquisire concreti esercizi di sviluppo personale
- Apprendere come si formulano obiettivi di realistica attuazione
- Scoprire come aumentare il senso dell'autoefficacia
- Definire un progetto di formazione e rafforzamento di sé
- Migliorare abitudini e atteggiamenti personali e professionali

MISSION DEL CORSO

Attraverso il principio che la "verità ci rende liberi" divenire consapevoli del proprio valore e della propria insostituibile unicità per accettarsi in modo olistico, integrando in modo armonico pregi e difetti.

