TM-SCP - Start Up del cambiamento personale

Soft skills - Sviluppo organizzativo e Coaching - Leadership e comunicazione

Durata:	Lingue:	Certificazione:
1 Giorno	**Italiano**	**-**

Descrizione del corso

Passiamo anni a studiare, dalle elementari all'università, ma non ci spiegano come funzioniamo. In tutti questi anni affrontiamo situazioni che ci bloccano o che ci limitano ad ottenere quello che vogliamo. Ci mancano degli strumenti che vadano ad indagare le nostre convinzioni per iniziare ad essere più consapevoli del nostro potenziale. Il nostro potenziale è limitato da quello che ci diciamo. Iniziamo a capire più di noi, dove siamo e dove vogliamo andare, in modo da sviluppare le nostre reali capacità, che ci porteranno a risultati sicuramente diversi.

Programma

- Introduzione a noi stessi
  - Leader di noi stessi: lo siamo?
  - I tratti salienti di un leader
  - I nostri valori di vita: quali sono?
  - Valori positivi e negativi: come ci influenzano
  - Trasformare i valori in azioni
- Obiettivi compagni di vita
  - Cosa vuole dire fissare obiettivi
  - 7 ragioni perchè non ci si prefigge obiettivi
  - 7 domande per trovare gli obiettivi
  - Allineare obiettivi e valori
- perchè facciamo fatica ad agire
  - Zona di comfort vs abitudini

- Le parole veicolano le nostre emozioni
- La ristrutturazione delle parole: da improduttive a produttive
- Le credenze limitanti e potenzianti
- Il ciclo del successo
- Gestire le credenze per il cambiamento
- I livelli logici per allinearmi all'obiettivo