

Martedì 11 Novembre 2014, dalle 9.15 alle 17.30, Padova.

LE RELAZIONI GENERATIVE: TRA I NEURONI COME TRA LE PERSONE

Un seminario per acquisire esperienze su come migliorare la connettività individuale ed interpersonale, sperimentando strumenti caratteristici delle neuroscienze e della formazione esperienziale.

Mattino: Neurobica, la palestra della mente. (Relatore: R. Micciulla)

9.15 - 13.00



- Presentazione dei contenuti, dei partecipanti e delle modalità formative
- Neuroscienze e benessere: psicologia positiva applicata alla vita di tutti i giorni
- “Muscoli cerebrali” ed allenamento cognitivo
- Comunicare efficacemente in team: i gruppi di neuroni come gruppi di persone
- “Il neurone e le sinapsi”: il miglioramento inteso come cambiamento lento ma costante
- Stress e resilienza nel lavoro di gruppo

Pomeriggio: Dalla rete di neuroni alla rete di persone. (Relatore: A. Petromilli)

14.30 – 17.30



- L'allenamento a 4 dimensioni: migliorare se stessi e la propria rete di relazioni
- Le tossine e le difficoltà di lavorare e stare insieme alle altre persone, le contromisure ed il valore del “noi”
- Alimentare la propria rete per valorizzare il nostro passato, vivere a pieno il presente e favorire una visione positiva del futuro
- Esempi di applicazione degli strumenti presentati per lo studio universitario, la ricerca del lavoro, il conciliare lavoro e studio
- Messa a punto di action plan individuali per applicare i contenuti del laboratorio alla propria specifica realtà

Iscrizione gratuita – posti limitati (in base all'ordine di iscrizione)

Per iscriverti [clicca qui](http://goo.gl/jcZ5vq) (<http://goo.gl/jcZ5vq>)

Per informazioni: www.esperimentiamoci.org - info@esperimentiamoci.it