

COME RAGGIUNGERE LA SEDE DEL CORSO

Il Ròseo Hotel Leon d'Oro si trova a Verona, Viale del Piave, 5.

A piedi: 500 mt dalla Stazione di Verona Porta Nuova.

In auto: Casello autostradale Uscita di Verona Sud. Seguire le indicazioni per il Centro. Superata la Fiera di Verona, dopo il cavalcavia a destra si trova l'ingresso dell'Hotel.

In taxi: Radiotaxi, servizio 24 ore su 24 - Tel 045 532666.



QUOTE DI PARTECIPAZIONE: 80 € Studenti: **40 €**

Per gli iscritti con bonifico effettuato entro il 10 gennaio 2015: **40 €**

Ai primi 10 iscritti con bonifico è riservato il prezzo speciale di 20 €

Bonifico bancario intestato a: **ADRIANO BILARDI**

Unicredit Banca - Verona, Piazza R. Simoni, 8 - **IBAN: IT 44 A 02008 11725 000101987913**

(nella causale indicare: Cognome, Nome, Codice Fiscale, e-mail,
Seminario COACH DI TE STESSO del 2.2.2015)

L'attestato di partecipazione sarà spedito in formato elettronico

Segreteria Organizzativa

Telefono: 335 5396141

E-mail: info@adrianobilardi.it

COACH DI TE STESSO AUTOSTIMA E SELF-EMPOWERMENT SEMINARIO (BASE) INTERATTIVO ED ESPERIENZIALE

Adriano Bilardi

Imparerai a

- 📄 Riconoscere cosa è davvero importante per te e perché
- 📄 Formulare bene i tuoi obiettivi
- 📄 Debellare le tue convinzioni limitanti
- 📄 Trarre profitto dall'esperienza senza rimanerne prigioniero
- 📄 Riconoscere i tuoi punti di forza e fare leva su di essi
- 📄 Rafforzare i tuoi punti deboli
- 📄 Motivarti, dosare l'energia, essere flessibile

Domenica 1 febbraio 2015
dalle 9:30 alle 19:00

RÒSEO HOTEL LEON D'ORO - SALA LEONARDO
Verona - Viale del Piave, 5

VERONA

www.adrianobilardi.it
[COACH] [COUNSELOR] [ESPERTO IN IPNOSI]

(Graphic Designer) MALRIZZO VERUCCI

È difficile arrivare in porto se non si conosce bene la meta, o s'ignorano le possibili insidie del percorso, le proprie risorse e le proprie debolezze. E, soprattutto, è difficile essere motivati verso una meta che non consideriamo possibile per noi, confacente a noi, rispettosa dei nostri valori. Dobbiamo dare a noi stessi il permesso di partecipare e vincere un premio che sentiamo meritato, senza perdere mai la speranza di farcela. Applicando i principi della Psicologia positiva, della Programmazione neurolinguistica e del metodo S.F.E.R.A.[®] per l'ottimizzazione della performance, le risorse fisiche e mentali possono essere impegnate al meglio per il raggiungimento dei propri obiettivi e del proprio personale successo. La Psicologia positiva ha elaborato il concetto di "stile esplicativo", individuandone la matrice strutturale e il modo per modificarlo e renderlo più funzionale al benessere e al successo personale.

La Programmazione neurolinguistica ha studiato il funzionamento neuro-psicologico dell'essere umano, formulando protocolli operativi di grande impatto per il cambiamento comportamentale e il benessere psico-fisico. Il modello d'intervento denominato S.F.E.R.A.[®] Coaching nasce dal lavoro che da più di dieci anni è svolto presso il S.U.I.S.M., dell'Università di Torino, dove, grazie agli studi e alle sperimentazioni, sono state identificate le cinque competenze mentali necessarie per il raggiungimento di una prestazione d'eccellenza, raccolte nell'acronimo S.F.E.R.A.[®] (Sincronia, Forza, Energia, Ritmo e Attivazione).



Dott. ADRIANO BILARDI

Professional Counselor, Certified Hypnotherapist. Master Trainer di Programmazione neurolinguistica. Coach. Formatore. *Esperto in Ipnosi.*

Riceve su appuntamento **[335 5396141]**.

www.adrianobilardi.it

PROGRAMMA

- 09:30 – 10:00** REGISTRAZIONE PARTECIPANTI
- 10:00 – 11:15** La nostra personale realtà e la realtà condivisa.
La struttura mentale del comportamento: abilità, credenze, valori, identità. L'allineamento dei valori e del comportamento.
ESERCITAZIONE PRATICA
DISCUSSIONE
- 11:15 – 11:30** *Pausa*
- 11:30 – 13:00** Lo stile esplicativo: l'ottimismo. I metaprogrammi e la personalità.
ESERCITAZIONE PRATICA
DISCUSSIONE
- 13:00 – 14:30** *Pausa (pranzo)*
- 14:30 – 16:00** La formulazione efficace degli obiettivi.
ESERCITAZIONE PRATICA
DISCUSSIONE
- 16:00 – 16:15** *Pausa*
- 16:15 – 18:30** Coach di se stessi con il metodo S.F.E.R.A.[®] (introduzione al metodo).
ESERCITAZIONE PRATICA
DISCUSSIONE
- 18:30 – 19:00** Conclusioni