

Luca Novello

Cod. 1301

Condivid-20: 19 modi + 1 per riprendersi la libertà

Ogni cambiamento richiede tempo. Anche imparare a combattere.

Ma la domanda è: contro *chi* siamo scesi sul campo di battaglia?

Ci è stato chiesto di affrontare un nemico invisibile, subdolo, che ci ha messo alle strette; ma è bastato poco per accorgersi di dover fare i conti anche con un altro nemico, un virus peggiore, se vogliamo: "te stesso".

Come puoi essere il tuo peggior nemico? Sabotandoti, accusando gli altri, credendo alle convinzioni che ti limitano e in almeno altri venti modi diversi. Ma quando parlo di "te stesso" mi riferisco all'Ego, quella parte di te che non accetta di imparare dalle sconfitte, che vuole apparire più che essere, che pur di salvare la faccia accusa qualsiasi altra cosa gli capiti a tiro. Perché ammettere di essere fallibili, ammettere di essere orgogliosi, ammettere di mentire più spesso di quanto pensiamo, all'Ego piace davvero poco.

Quanto ci è accaduto attraverso l'esperienza Covid-19 e quanto ci insegnerà l'incertezza dei prossimi mesi, nella mia opinione, ci renderà persone migliori, più flessibili, più inclini al rinnovamento, a patto che si metta da parte quell'IO che si crede l'unico possibile.

Programma del corso

La vita è un viaggio, e ci sono viaggi più profondi di altri. Come scoprire che il tesoro più grande è racchiuso nella grotta nella quale non volevi entrare.

Infatti oggi più che in passato è importante avere una bussola, imparare strade nuove, condividere il sapere per fare in modo che sia possibile prendere la strada giusta davanti a bivi che la vita ci presenta.

Questo è un percorso unico, perché parla di un viaggio incredibile, costruito su 20 momenti straordinari racchiusi in 10 lezioni entusiasmanti.

Titoli dei 10 incontri.

1. La qualità della tua vita
2. Confortevole come un vecchio divano (rotto)
3. Mantenere sana un'area particolare del tuo cervello
4. Libertà
5. Perché 7 gazzelle e una tigre possono cambiarti la prospettiva
6. Chi va piano va sano e lontano, oppure no?
7. Essere come l'acqua
8. Un proverbio giapponese che mi ha cambiato la vita
9. Euthymia
10. Non è la ricchezza che manca al mondo

codice	corso	docente	ore	lezioni	giorni	orario	costo	tipologia	inizio
1301	Condivid-20: 19 modi +1 per riprenderti la libertà	Luca Novello	15	10	MAR	18.30-20.00	70 €	ONLINE	09/02/21

NOTA: 10 lezioni di un'ora e mezza

LUCA NOVELLO

Scrittore, dottore in Scienze Politiche, Master in Programmazione Neurolinguistica e Coaching ed esperto di analisi comportamentale, certificato ISFE nella valutazione della comunicazione non verbale. Conduce seminari di gruppo e programmi di formazione relativi alla comunicazione efficace, svolge sessioni di coaching individuali e di team coaching in azienda.