



*Ti sei mai chiesto se il modo in cui agisci, pensi, senti, è il migliore per te?
Riesci ad affrontare le sfide importanti della tua vita?
Quanto conosci di te stesso?*

Se qualche aspetto della nostra vita non ci soddisfa, non siamo condannati a vivere così per sempre. **Possiamo cambiare!**

A volte percepiamo questa possibilità ma per mille motivi ce la lasciamo sfuggire. Ma si tratta della nostra vita. *Come scegliamo di viverla?*

Il metodo **Tutta un'altra vita®**, ideato da Lucia Giovannini, ha permesso già a migliaia di persone in tutto il mondo di cambiare in meglio la propria vita, apprendere strumenti efficaci e nuove modalità per affrontare il cambiamento, uscire dal vittimismo e dal senso di impossibilità.

A CHI SI RIVOLGE?

Gli incontri sono per tutti coloro che hanno voglia di migliorare la propria vita personale e lavorativa e fare la differenza nel mondo!

PROGRAMMA

Si tratta di un percorso che si articola in 6 moduli composti da 12 incontri, così suddivisi:

Modulo 1

1° incontro: **“Sviluppa la tua Zona di Potere”**

Crescendo, impariamo dalle nostre esperienze e, su di esse, costruiamo la nostra mappa del mondo, e la usiamo per muoverci verso la nostra realizzazione personale.

Tuttavia, i condizionamenti sociali spesso ci bloccano. Solo dirigendo la nostra attenzione dall'esterno verso l'interno saremo in grado di attingere alla fonte di un potere fenomenale che si trova dentro ognuno di noi.

In questo corso imparerai a riconoscere e a usare la tua zona di potere, maturando la consapevolezza che ognuno di noi è un essere umano unico e straordinario. Apprenderai come accedere ai tuoi quattro poteri centrali e a come mobilitarli per lo sviluppo personale, la responsabilità per sé, la responsabilità verso gli altri, e per sederti finalmente al posto di guida della tua vita

Modulo 2

2° e 3° incontro: **"I Segreti dell'Autostima"**

Si sente parlare spesso di autostima, ma sappiamo veramente cosa significa?

Le convinzioni che abbiamo su noi stessi influenzano direttamente ogni area della nostra vita e le relazioni con gli altri, non c'è da stupirsi quindi se l'autostima è un tema centrale nella nostra esistenza. Eppure su questo tema così importante, c'è ancora tanta confusione.

Com'è la tua auto-stima? Sei consapevole del tuo valore o ti giudichi e critichi spesso? O magari sei convinto di valere meno rispetto a qualcun altro?

È solo con noi stessi che siamo certi di passare ventiquattro ore su ventiquattro da quando nasciamo a quando lasceremo il corpo.

Le ricerche provano che la vera auto-stima può essere imparata, insegnata, sviluppata.

In questo corso imparerai i 3 punti chiave e altri modi efficaci per sviluppare una sana autostima, smettere di criticarti, stare meglio con te stesso e scoprire le tue potenzialità e risorse.

Modulo 3

4°, 5°, 6° incontro: **"Scopri il tuo Matrix"**

Lo sapevi che la qualità della nostra vita dipende al 100% dalla nostra Programmazione Passata?

Proprio così: il nostro passato influenza il nostro presente, mettendo in pericolo il nostro futuro.

La tua situazione finanziaria è a un punto morto?

Hai problemi di salute? Ti ritrovi di continuo a incontrare la persona sbagliata? Il tuo sogno di vivere una vita felice e di successo è sempre più pallido e lontano? Oppure è tutto ok, ma potrebbe andare ancora meglio... e nonostante questo ti senti bloccato senza una motivazione plausibile?

Se ti ritrovi in una o più di queste situazioni non preoccuparti!

Puoi decidere attivamente di riprogrammare le connessioni neuronali per ottenere una risposta diversa alle diverse situazioni. E tutto questo non richiede ore e ore di duro lavoro, quanto piuttosto un po' di volontà e una guida affidabile.

Scoprire il tuo Matrix TUAV® ti permetterà di resettare la programmazione passata e di rieducare la tua mente per diventare consapevole del tuo massimo potenziale e iniziare ad utilizzarlo in maniera nuova.

Modulo 4

7°, 8°, 9° incontro: **“La Mappa della Visione”**

Sognare, creare, esplorare, immaginare: questi verbi descrivono ciò che stai facendo? Ecco cosa chiede Gary Hamel professore di Management strategico alla London Business School.

Questo corso ti aiuterà a fare tutto!

Inoltre ti aiuterà a:

- avere maggiore chiarezza su quello che desideri realizzare e sulla direzione che vuoi dare alla tua vita
- creare un percorso semplice e tangibile da intraprendere per iniziare a creare i cambiamenti che desideri
- a trasformare i tuoi sogni in obiettivi e a usare il potere delle rappresentazioni grafiche
- a mettere in moto l'energia necessaria per vivere con passione e raggiungere i tuoi obiettivi

Durante la giornata creerai la tua mappa con i colori, collage e matite. Sarà una esperienza di creazione, di sogno, di elaborazione, di sensazioni e di immagini unica!

Modulo 5

10° e 11° incontro: **“Gli Assi del Cambiamento”**

Parliamo di cambiamenti, ma siamo forse in grado di infilarli in valigia e portarli con noi? O di farne scorta al supermercato? Oppure di chiederli in prestito? Quante volte abbiamo giurato a noi stessi che saremmo cambiati, e magari l'abbiamo anche fatto per un breve periodo, ma poi ci siamo ritrovati esattamente al punto di partenza?

Per scongiurare questo rischio, e affrontare al meglio il viaggio verso la trasformazione, occorre un modello che ci indichi il più esattamente possibile come funziona il cambiamento, quali sono le varianti e i meccanismi coinvolti, quali le attività e le fasi da attraversare.

In questo corso apprenderai un modello che sviscera la struttura del cambiamento e i suoi assi portanti, e che è servito da traccia a migliaia di persone nel mondo.

Sei pronto per il viaggio negli assi del Cambiamento?

Modulo 6

12° incontro: **Chiusura del ciclo**, ripercorrendo le tappe del percorso, feedback, condivisione e festa!

È possibile partecipare ad uno o più incontri singoli oppure a tutto il percorso di 12 incontri.

COSA IMPARERAI DURANTE IL CORSO

- ✓ Sviluppare la tua Zona di Potere e assumere un maggior controllo sui tuoi pensieri e sulle tue emozioni
- ✓ Sviluppare la tua Autostima e Autoefficacia e cambiare quei pensieri che fino ad ora ti hanno bloccato
- ✓ Modificare i tuoi comportamenti limitanti scoprendo il tuo personale Matrix
- ✓ Creare la tua Mappa della Visione per definire al meglio i tuoi obiettivi personali e professionali
- ✓ Usare il modello Assi del Cambiamento e sfruttare maggiormente le tue risorse interne
- ✓ Comunicare in modo più efficace con te stesso e con gli altri



Tutti i percorsi formativi alternano parti teoriche e parti pratiche esperienziali

QUOTA DI PARTECIPAZIONE

Scrivimi per avere più informazioni

Vai al calendario per scoprire le date della prossima edizione!



**I corsi di
Tutta un'altra vita®
Making the difference!**