

BENESSERE COGNITIVO



Allenare le **COMPETENZE COGNITIVE** per pensare bene e in modo creativo, risolvere problemi e prendere decisioni sostenibili.



9 / 10 aprile - 7 / 8 maggio 2022

TEAM TRAINER

Trainer Senior LIFE SKILLS® Italia
Coordinatrice didattica

BARBARA QUADERNUCCI

DOVE

BOLOGNA

QUANDO

9/10 aprile + 7/8 maggio

ORARI

Da sabato alle 10 a domenica
alle 18.30

A CHI È RIVOLTO

Maggiorenni

INFO E ISCRIZIONI

Contatta la segreteria
segreteria@lifeskills.it
+39 3662611598

POSTI LIMITATI

COSA SONO LE LIFE SKILLS?

"Le life skills sono le competenze che portano a comportamenti positivi e di adattamento che rendono l'individuo capace di far fronte efficacemente alle richieste e alle sfide della vita di tutti i giorni" (OMS, 1993)

Modulo formativo e di evoluzione personale per lo sviluppo del **pensiero critico - pensiero creativo - risolvere problemi e prendere decisioni**

QUATTRO GIORNATE per darsi l'opportunità di intraprendere un importante percorso di crescita personale e/o professionale attraverso l'allenamento delle **LIFE SKILLS COGNITIVE** per conoscere il modello di **pensiero multidimensionale**, prendere consapevolezza dei propri stili di pensiero, riconoscere i propri punti di forza e le proprie aree di miglioramento ed allenare:

1. **pensiero critico**: saper pensare bene, in maniera robusta, sapendo argomentare e motivare i propri punti di vista;
2. **pensiero creativo**: uscire fuori dagli schemi grazie al pensiero divergente, per cercare possibili e originali alternative;
3. **risolvere problemi**: esattamente, qual è il problema da risolvere?
4. **prendere decisioni**: fare scelte sostenibili in base a se stessi*, al contesto e alle persone coinvolte in base alle proprie priorità.

1

4 GIORNATE IN PRESENZA

Secondo il metodo
LIFE SKILLS® Italia:

multisensorialità,
interattività,

feedback, lavoro di gruppo,
azione, divertimento

e **focus sui talenti personali**

2

POSSIBILITÀ DI COACHING INDIVIDUALE

Questionario Sei Assessment
sull'Intelligenza Emotiva e profilo
LIFE SKILLS

Un **colloquio** ONE TO ONE di
restituzione dei risultati e
definizione
dell'**obiettivo personale**

3

POSSIBILITÀ INTEGRARE E PROSEGUIRE FINO AL MASTER LIFE SKILLS

Questo modulo è parte del
percorso completo,

SCEGLIERE DI STARE BENE,
propedeutico al percorso
**PROMOTTRICE/TORE DIELLE
LIFE SKILLS**
e **MASTER LIFE SKILLS**

VUOI APPROFONDIRE IL TEMA INTELLIGENZA EMOTIVA?

Richiedi informazioni sul
QUESTIONARIO di autovalutazione
della tua intelligenza emotiva
di SIX SECONDS e
profilo LIFE SKILLS

Puoi farlo e avere una restituzione
da parte di un trainer certificato SIX
SECONDS.