

TITOLO DEL CORSO

THINK DIFFERENT! PENSA DIFFERENTE!

**Come sviluppare i più efficaci atteggiamenti mentali
per vivere al meglio ogni momento della propria vita**

LA PREMESSA

Probabilmente sarà una delle **materie insegnate nelle scuole del futuro**: come creare e pensare pensieri nutrienti, sani, efficaci e produttivi.

Sì, sarà proprio così.

Per il semplice motivo che **l'incessante formulazione di pensieri** che in ogni istante noi creiamo attraverso la nostra mente non può essere lasciata al caso, ma deve essere compresa, gestita ed orientata. Per far sì che i nostri pensieri (e la loro influenza su di noi) si trasformino nei nostri più grandi alleati durante il nostro vivere.

"Poichè tutto è un riflesso della nostra mente e dei nostri pensieri, tutto può essere cambiato dalla nostra mente e dai nostri pensieri."

IL BUDDHA

LA PROPOSTA

Un workshop profondo, pregnante, innovativo.

Una esperienza speciale nella quale ricevere un **concentrato di osservazioni, spunti, segreti e indicazioni** per approdare felicemente a nuove e più proficue **abitudini di pensiero**.

Per imparare ad **utilizzare il nostro pensiero** nel modo più efficace, creativo e produttivo.
Per correggere le tante abitudini automatiche che ci portano spesso a creare pensieri limitanti, controproducenti e inefficaci .

Non solo teoria ma anche "**sperimentazioni**" e "**tecniche applicative**" finalizzate a radicare in noi nuove capacità creative, immaginative e comportamentali.

IL WORKSHOP

In questa esperienza formativa troverai le risposte a queste 10 domande:

- 1 Cosa significa pensare?
- 2 Come funziona il processo di creazione della realtà?
- 3 Come i tuoi pensieri possono essere al servizio dei tuoi obiettivi?
- 4 Perché alcune persone riescono in tutto quello che fanno ed altre no?
- 5 Come si possono migliorare mentalmente le proprie prestazioni?
- 6 A che cosa serve conoscere il potere delle parole?
- 7 Che cosa significa sviluppare i benefici del proprio dialogo interiore?
- 8 Perché si parla del potere delle domande?
- 9 Perché è così importante l'immaginazione?
- 10 Come sciogliere e trasformare i pensieri distruttivi e inquinanti?

METODOLOGIA

Il Metodo BioCoaching® è una **nuovissima modalità di formazione teorico/esperienziale** per lo sviluppo dei potenziali umani che si ispira ai **concetti fondanti di alcune specifiche metodologie per il miglioramento umano** (Arte della parola, Strategie motivazionali, Metodo Rolando Toro® Biodanza).

Spesso si avvale anche **della musica** per aumentare la profondità dell'apprendimento esperienziale.

LIVELLO DI COINVOLGIMENTO DEL CORSO

Molto alto.

Capace di accendere nei partecipanti un elevato interesse per la scoperta del funzionamento dei processi mentali con momenti di riflessione e prese di coscienza illuminanti.

CARATTERISTICHE DELLE SESSIONI

- Linearità ed estrema chiarezza nell'esposizione teorica
- Concetti ed esempi illuminanti e di facile comprensione
- Immediato e profondo coinvolgimento personale
- Ripetuti stimoli alla relazione e alla condivisione di gruppo
- Apprendimento di modalità significanti per migliorare il proprio modo di pensare

MONTE ORE:

2 giornate (eventualmente modulabili) per un totale di 16 ore formative

Mattino: 9.00-13.00 Pomeriggio: 14.00-18.00

N. PARTECIPANTI

Da 8 a 40

COSTO WORKSHOP

€ 160 iva inclusa per partecipante

IL FORMATORE

Ugo Rizzo



Formatore e Mental Coach

Facilitatore emozionale specializzato in comunicazione e relazioni umane

Creatore del Metodo BioCoaching®

Direttore Scuola Metodo RolandoToro® Biodanza di Puglia

Giornalista

Vive a **Milano** e tiene seminari, corsi e conferenze in **tutta Italia**. Da più di 20 anni si occupa di benessere personale e soprattutto di **comunicazione empatica** applicata alle relazioni umane. E' uno dei più qualificati e conosciuti Formatori del Metodo RolandoToro® in Italia e nel Mondo.

Nel 2006 crea il **metodo BioCoaching®**, un sistema di apprendimento teorico esperienziale per migliorare gli atteggiamenti mentali, relazionali e motivazionali, diventando così il primo formatore italiano specializzato contemporaneamente in **Metodo RolandoToro®** e **Coaching Motivazionale**.

Nelle esperienze di crescita che Ugo propone, è sempre sorprendente la facilità con cui le persone si **riaprono a se' stesse** ed entrano in **nuove e più profonde forme di relazione** con gli altri.

Contatti

Ugo Rizzo

+39 347 3825882

info@ugorizzo.it

www.ugorizzo.it

Ugo Rizzo - © Tutti i diritti riservati