



Self Empowerment

Webinar 2 ore

Dedicato a tutte le persone che desiderano dirigere consapevolmente il proprio volo verso la «nuova normalità», ritrovando una zona di conforto e riflettendo su ciò che l'esperienza recente ci ha insegnato.

Questo Webinar, facilitato da un RISE UP Trainer, consente di conoscere gli strumenti di volo:

- ✓ CONSAPEVOLEZZA DI SE': l'importanza di conoscere se stessi.
- ✓ AUTOSTIMA: l'importanza di avere fiducia nel proprio valore e nelle proprie capacità.
- ✓ IMMAGINAZIONE: l'importanza di vedere la realtà come potrebbe essere, di individuare nuove possibilità e soluzioni.
- ✓ APPRENDIMENTO: l'importanza di saper imparare dall'esperienza.

Webinar 4 ore

Agli obiettivi e contenuti del Webinar di 2 ore, si aggiunge la possibilità di utilizzare gli strumenti di volo:

- ✓ AUTO-RITRATTO: riflettere su di sé (preferenze, caratteristiche, punti di forza, potenziali punti ciechi).
- ✓ PIANO DI VOLO: come dirigere la rotta verso la "nuova normalità", trovando idee, soluzioni e risposte.

Webinar 8 ore

Agli obiettivi e contenuti del Webinar di 4 ore, si aggiunge la possibilità di condividere le proprie esperienze per immaginare insieme la "nuova normalità":

- ✓ STORYTELLING: raccontare la propria esperienza (lesson learned) e il proprio piano di volo.
- ✓ IDEE PER IL DOPO: immaginare insieme la "nuova normalità".

