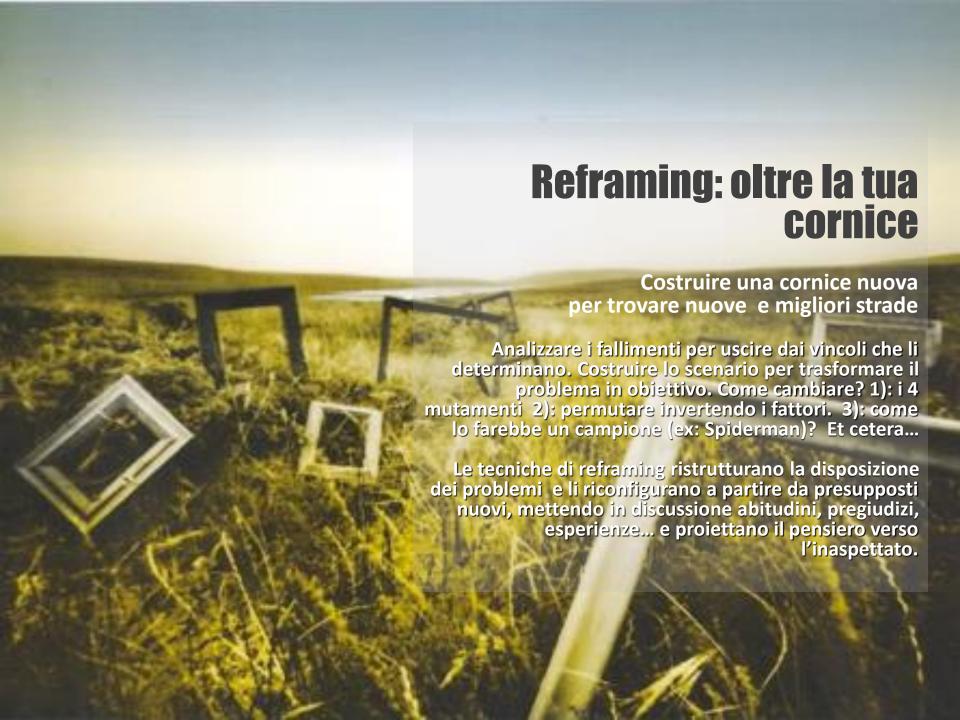
Caos calmo della mente

Come mantenere l'equilibrio in mezzo alla tempesta

Meditazione - Respiro – Bilancio pro/contro - Worst fantasy - Cosa ne posso trarre? - Cornici più ampie - Isolare le emozioni - Il distacco

Tecniche antiche e moderne per relativizzare i problemi, gestire corpo ed emozioni, conseguire uno stato più elevato e mantenere la tranquillità dell'anima





La nuova alleanza

10 concetti indispensabili al manager di domani

Alcuni esempi: ridondanza nella complessità – gli estremi dicono più delle medie – la retroazione nella formazione del senso – la ricerca intervento (per capire devo agire) - co-evoluzione - performatività del dire (ogni dire è sempre un fare).

Biologia, studi sul senso e la comunicazione, teoria dell'evoluzione, sociologia, neuroscienze stanno cambiando il nostro modo di vedere il mondo e ci danno nuovi strumenti per gestire la vita e il lavoro. Con una nuova alleanza tra scienze hard e humanities.



Arte, tecniche e mappe per fare domande

Domande a illusione di alternativa, domande su come fare peggio, domande paradossali, sul problema visto come risolto, sulle emozioni.... Le domande sono classificabili in generi e tipi e vi sono domande precise e potenti per scopi precisi. Ma pochi le conoscono e ancora meno persone le mettono in atto a proposito.

Semplici ma sofisticatissime tecniche per capire velocemente, influenzare con efficacia, giungere velocemente alla soluzione e all'accordo.



Tecniche e training per la consapevolezza di sé

Chi sei tu? Cosa desideri? Quali sono i tuoi punti idi forza e le tue debolezze? E le tue risorse per migliorare? Dove vuoi andare? Di cosa hai paura?

Pochi sanno davvèro chi sono e pochissimi hanno un rapporto di "gestione evolutiva" col proprio sé.

A partire dalle risorse e dai metodi della "analisi di sé" della tradizione filosofica e monastica un percorso che tra diari e disegni, simulazioni, psicodrammi e role play aiuta le persone non solo a riconoscere se stesse allo specchio, ma a compiere una vera e propria "scultura di sé"