

Self Empowerment

Obiettivi

Un laboratorio creato per favorire l'auto sviluppo delle persone, rendendole consapevoli delle capacità personali, lavorando sulla percezione del proprio ruolo e sulla direzione dei pensieri rispetto ai comportamenti da agire, attraverso l'utilizzo di metodologie esperienziali.

Programma di massima

- ✓ Cos'è il self empowerment
- ✓ Energie mentali ed emotive
- ✓ L'azione individuale all'interno del contesto
- ✓ Concentrazione e consapevolezza di sé

Durata: 1 giornata