



CAMBIARE PROSPETTIVA

Dalla Reazione alla < **c**Reazione >

Le nostre interazioni sociali, le esperienze pregresse, le impronte culturali e le disposizioni genetiche generano in ogni essere umano un specifico mondo personale con cui egli si identifica, che condiziona fortemente il significato e l'interpretazione della realtà. Conseguenze:

- I. La nostra **sofferenza** non è causata dalla realtà esterna, ma dal racconto che noi ci facciamo di questa realtà (chi siamo e chi dovremmo essere).
- II. Il modo in cui vediamo un **problema**, è il nostro problema.
- III. Nella **prigione** dei modelli di pensiero del **passato**, la creatività e il cambiamento non sono possibili.

Spostare l'attenzione verso il nostro mondo interiore diventa determinante. È necessario cambiare il proprio atteggiamento mentale, il mindset (cambio di prospettiva):

- IV. **Trovare un senso** in quello che faccio: amarlo, cambiarlo, lasciarlo (Creatività).
- V. **Avere il coraggio** di mettere in discussione le proprie abitudini e di lasciare la propria zona di comfort (Commitment).
- VI. Sinergia e legame con gli altri: "la patologia dell'aver ragione e **la magia della fiducia**" (Connessione).

Martedì 13 ottobre 2020
18.00 – 19.30

HOTEL DE LA PAIX, Lugano
oppure da remoto nel caso di
cambiamento direttive Covid-19.

Giovanni Franco
Speaker | Inspirer | Trainer | Coach
ICA – Istituto per la Creatività Applicata

Iscrizioni entro il 01.10.2020
EVENTO GRATUITO

www.hr-ticino.ch
info@hr-ticino.ch
tel/fax: 0041 91 605 62 25