ORGANIZZAZIONE AL FEMMINILE

"Una donna organizzata è una donna realizzata"

Giornata teorico esperienziale

Sabato 19 Ottobre 10,00-13,00 14,30-17,30

a cura di

Clara Rosina,
Dottoressa in giurisprudenza, counselor formatore e supervisore Cncp, mediatrice civile, istruttrice di ginnastica posturale

Simona Pistolesi,
Dottoressa in filosofia e in scienze e tecniche psicologiche,counselor, mediatrice familiare, specializzata in psicologia forense a indirizzo criminologico

Il contesto sociale attuale e la costante richiesta di svolgere le diverse e sempre piu' numerose mansioni quotidiane in modo rapido ed efficace sottopongono la donna a continui stress: risulta complesso trovare il tempo per la famiglia, il lavoro e il tempo libero in modi fluidi.
Le continue richieste e pressioni, a cui viene sottoposta, sono spesso origine di malessere a livello corporeo ed emotivo e portano la donna a stati di tensione, che talvolta sfociano in senso di frustrazione, incapacità, nervosismo e che si ripercuotono anche nelle diverse relazioni, affettive e lavorative.

Il fattore ORGANIZZAZIONE diventa spesso la chiave di volta per sostenere il carico e poter esprimere le proprie funzioni in modo proattivo e competente, senza sentirsi "schiacciata" e "soffocata" dagli impegni.

L’incontro sarà l’occasione per le partecipanti di apprendere strumenti organizzativi da attuare nella propria realtà familiare e/o lavorativa al fine di migliorare la qualità di vita nei loro diversi ruoli, trovando anche il tempo da dedicare alla cura di se’.E’ previsto uno spazio di ascolto e condivisione delle storie personali per cominciare ad individuare strategie di problem solving.

Programma:

Il concetto di organizzazione, origine, ambiti e modalità di applicazione nell’ambito del problem solving;
Organizzazione e aspetti relazionali, aspetti teorici ed ambiti di applicazione;
Ascolto e condivisioni di gruppo, domande

Verranno rilasciate le dispense relative al tema “organizzazione al femminile”

Costo Euro 100,00

Per informazioni e iscrizioni
Clara Rosina cell.333842534 e-mail clara@clararosina.it
Simona Pistolesi cell.3383174555 e-mail simona.pistolesi@yahoo.it