

AUTOSTIMA ED ENNEAGRAMMA

Arnaldo Pangrazzi , Presidente AIE

“L'autostima riveste un ruolo importante nelle condizioni di salute di una persona. Chi coltiva una sana autostima è in grado di fronteggiare meglio le sfide della vita, instaurare relazioni positive con gli altri e realizzare meglio le proprie potenzialità. Una povera autostima, al contrario, può interferire con la propria libertà interiore, contribuire all'avvento di problemi psicosomatici e limitare la propria creatività. Il corso intende esplorare il significato dell'autostima, variabili che la possono promuovere o indebolire e percorsi per favorirne la crescita.

In particolare sarà esplorato il rapporto tra sviluppo dell'Autostima e la propria Personalità, letta attraverso l'ottica dell'Enneagramma.”

CONTENUTI DEL CORSO:

- **Dimensioni biografiche e sviluppo dell'autostima.**
- **Gli enneatipi al meglio e..... al peggio.**
- **Fattori esterni ed interni che influiscono sull'autostima:**
 - esterni:** - ruolo dei messaggi ricevuti, sia positivi che negativi.
- il copione psicologica: dalla personalità all'autenticità.
 - interni:** - i tre Centri e l'autostima
 - album di successi e fallimenti
 - modi di rispondere alla critica e ai complimenti: enneatipi a confronto
- **Prendersi cura di sé.**
- **Autostima globale e livelli di autostima.**
- **L'albero dell'autostima.**
- **Percorsi per crescere nell'autostima.**

ANIMATORE: ARNALDO PANGRAZZI

Sede del Corso: Presidio Sanitario San Camillo
Strada Santa Margherita, 136 - 10131Torino

Data: sabato 18 ottobre 2008 ore 9,00 / 17,30
domenica 19 ottobre 2008 ore 9,00 / 12,30

Per informazioni contattare:

Mariella Oggioni cell. 333 84.59.893