

**LA CRESCITA DELLA TUA AZIENDA INIZIA DALLE PERSONE CHE NE FANNO PARTE!**



**TRAINING**

Consulenza e Formazione  
Manageriale Aziendale

**Dott.ssa Ester Varchetta**

info@evtraining.it

www.evtraining.it

☎ 3406558575



# RESILIENZA

Come affrontare con tenacia le sfide quotidiane  
imparando sia dai successi che dagli insuccessi!



OPEN WORKSHOP - SOFT SKILLS TRAINING

# RESILIENZA

## OBIETTIVI

Il mercato di oggi è fortemente connotato per la sua mutevolezza, tutto cambia in modo veloce. Come far fronte alle sfide di tutti i giorni? Come superare le difficoltà con tenacia e positività?

## TEMI GUIDA

- ✓ Resilienza al lavoro
- ✓ Ottimismo vs Pessimismo
- ✓ La Formula della Felicità
- ✓ Come gestire l'ansia
- ✓ *Six Thinking Hats*: superare le difficoltà e trovare nuove idee.

## METODOLOGIA

La metodologia interattiva di gestione dell'aula prevede di alternare momenti di esercitazioni, casi studio, condivisione di modelli e discussione sulle esperienze quotidiane.

## TIMING

Dalle 10.00 alle 17.00 (1 ora di pausa pranzo).

