

Voglio essere felice!

“Non è il successo a renderci felici, è essere felici a farci avere successo”



Che rapporto avete con voi stessi?

Vi piacete o vorreste essere diversi da come siete?

Cercate di cogliere le opportunità che la vita vi offre o siete bloccati dalla paura di non farcela?

Pensate di meritare la felicità e perseguite con determinazione i Vostri obiettivi o sperate che le cose accadano?

Le convinzioni e i sentimenti che nutriamo nei nostri confronti hanno un impatto su ogni aspetto dell'esistenza: sulla nostra vita professionale, sul modo di relazionarci agli altri, sul raggiungimento dei nostri obiettivi, sulla scelta del coniuge, sul modo di crescere i figli, sulle amicizie ed in generale sul livello di felicità e di realizzazione personale che riusciamo a raggiungere.

Spesso le persone trovano più facile essere un risultato del passato che una delle cause del futuro e quindi pensano "o abbiamo una buona autostima oppure non ce l'abbiamo!". Vi dò una bella notizia: non è così!!! E' quello che facciamo ad aumentare il livello di autostima!

Questo ciclo di incontri, che ha come tema l'**AUTOSTIMA**, si propone di riflettere sull'influenza dell'autostima sulla nostra vita. Attraverso un percorso di auto esplorazione con esercizi e questionari, vi accompagnerà a riflettere su come siete e su cosa fare per vivere con piena soddisfazione la Vostra vita.

In particolare vi darà concreti strumenti per:

- ✓ essere autori della Vostra vita
- ✓ essere amici di Voi stessi
- ✓ raggiungere i Vostri obiettivi
- ✓ essere consapevoli di Voi, degli altri, del mondo
- ✓ affermare Voi stessi
- ✓ essere coerenti con i Vostri valori, convinzioni, opinioni
- ✓ comunicare con convinzione le Vostre opinioni, esprimere senza remore i Vostri bisogni, far valere i Vostri diritti

**Gli incontri si terranno presso il Circolo IL FOSSOLO in Viale Felsina, 52 - Bologna
martedì 07/05, 14/05, 21/05 e 28/05/13 dalle ore 20,30 alle ore 22,30**

Per informazioni e iscrizioni Rossana Cardelicchio: 347.0773887