

AME = Atteggiamento Mentale Efficace

Strategie per Potenziarsi, Cambiare schemi mentali inefficaci e convinzioni limitanti per essere efficaci e realizzarsi



Come sfruttare il tuo potenziale per migliorare la qualità della tua vita personale e professionale. Acquisire gli Atteggiamenti e i comportamenti utili al successo. Come modificare il pensiero e le strategie interne per farle diventare produttive e non limitanti. Come potenziarsi mentalmente per diventare ciò che si vuole essere e ottenere ciò che si vuole avere.

*Quali sono le facoltà mentali per ottenere ciò che si desidera.
Quali sono gli schemi mentali per raggiungere e realizzare i propri obiettivi.
Come sviluppare le qualità per avere successo in ciò che si intraprende.
Come eliminare credenze, convinzioni e schemi mentali inefficaci e negativi
Come comunicare con se stessi in modo positivo e potenziante
Come evitare azioni auto-sabotanti
Come aumentare la propria autostima
Come aumentare la propria determinazione e tenacia per raggiungere i propri obiettivi
Quali sono le strategie mentali e di pensiero efficaci e come metterle in pratica*
ESERCITAZIONI

“Se ci credi, lo ottieni; se pensi che lo sei, lo diventerai”

Durata: 21 ore (7 incontri da 3 ore)

Costo: 180 euro