

Silvana Tiani Brunelli

CORSO DI STUDIO





### CORSO DI CRESCITA PERSONALE

ABILITÁ& PROGETTI "Abilità & Progetti" è una formazione innovativa per lo sviluppo delle capacità umane. Si distingue per l'immediatezza e per l'alto livello operativo. Il fine del percorso di studio è offrire conoscenze e maturare esperienze per contribuire alla crescita della persona: conseguire inedite abilità per realizzare progetti di valore nella vita!

La crescita personale è concepita come maggiore conoscenza di sé stessi, chiarezza dei propri talenti e obbiettivi,

perfezionamento delle abilità per interagire con gli altri in modo etico e per conseguire i successi ambiti. Il metodo di lavoro è composto da elementi diversi che, sapientemente sommati, aprono la pista a vere conquiste. Le lezioni trasmettono un sapere inedito sul potenziale umano: i concetti sono semplici e comprensibili ma, applicati con costanza, dimostrano tutto il loro potere. Gli esercizi di comunicazione servono a sviluppare le abilità e a tradurre la teoria in pratica. Grazie alla consulenza individuale ogni partecipante è seguito con speciale attenzione. Nella tappa successiva ciascuno può ideare il progetto che in concreto realizzi le aspirazioni più alte ed elevi la qualità della vita. Il ciclo si conclude con la verifica: dall'analisi dei passi compiuti emergono indicazioni sui miglioramenti da apportare in futuro e con maggiore chiarezza si delinea il tragitto ideale tra mete iniziali e risultati finali. Il metodo di lavoro è auto-correttivo, perciò applicare le abilità studiate in modo graduale e costante aumenta la qualità delle prestazioni e, di riflesso, dei risultati. Il percorso "Abilità & Progetti" si articola in dieci lezioni di studio suddivise in quattro sezioni: La maestria nella comunicazione, Dare e ricevere aiuto, Trasformare i problemi in progetti, Ordinare la vita. La sua applicazione è di grande efficacia sia nella dimensione

Un invito a procedere nella vita originando esperienze migliori!

personale e famigliare che in ambito professionale.

## MAESTRIA NELLA COMUNICAZIONE

# 1. La comunicazione produce comprensione



### MAESTRIA NELLA COMUNICAZIONE

2. I risultati della comunicazione



### MAESTRIA NELLA COMUNICAZIONE

3. Come migliorare la comunicazione

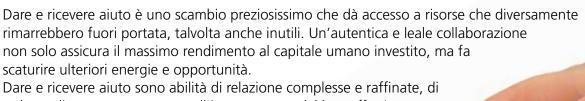


Migliorare la comunicazione significa raggiungere un risultato più grande con uno sforzo minore.

Cercare, avviare e conseguire il miglioramento non sono esperienze casuali, ma passi esatti da compiere con consapevolezza e precisione. I principi e i mezzi della comunicazione sorprendono per la semplicità ma anche per l'efficacia. La persona che sceglie di applicarli scoprirà di avanzare verso la sua destinazione ad alta velocità e con una piacevole leggerezza. Infatti, la padronanza della comunicazione accelera e facilita lo svolgimento dei progetti perché li rende più funzionali e quindi scorrono con fluidità. Attività che in passato si erano trascinate, pesanti, difficili, faticose... si trasformano in positivo grazie a migliori interazioni con gli altri. I rapporti umani sono come corde che distribuiscono il peso con una logica intelligente: permettono qualcosa che a livello individuale era precluso.

### **DARE E RICEVERE AIUTO**

#### 4. L'aiuto come abilità di relazione



Dare e ricevere aiuto sono abilità di relazione complesse e raffinate, di rado applicate con esattezza nell'intero spettro del loro effettivo potenziale.

L'autonomia è senza dubbio una pregevole qualità, tuttavia stabilire con gli altri scambi di reciproco sostegno è altrettanto indispensabile.
L'essere umano è naturalmente predisposto per interagire con alti livelli di aiuto da dare e da ricevere.
Se non conquisterà appieno il funzionamento di questo scambio nelle relazioni, non assaporerà mai il

senso di pienezza al quale aspira.

Avere cura è una dote che esprime l'essenza dell'umanità.

### **DARE E RICEVERE AIUTO**

5. Diversi tipi di aiuto



Ogni persona può aiutare gli altri perché ha delle abilità; ogni persona può ricevere aiuto dagli altri perché hanno delle abilità. Il riconoscimento dell'aiuto come espressione delle abilità umane mette in luce la sua natura gioiosa e creativa. Lo scambio del dare e del ricevere crea un collegamento intimo e genuino tra gli individui. Ognuno con le sue qualità contribuisce al be-

"Dare" risveglia in noi il senso della fierezza, "ricevere" aiuto ci permette di vivere meglio; sollecitare gli altri ad "aiutarsi a vicenda" eleva il contesto esistenziale e procura merito.

nessere degli altri e ne è parimenti sostenuto.

È utile concepire l'aiuto non solo come risposta a una richiesta o a un bisogno, ma sopratutto come contributo per realizzare progetti. La funzione principale dell'aiuto infatti non è tamponare una falla, bensì conquistare una vetta.

Dare e ricevere aiuto è la chiave che apre la porta alle opportunità.

# TRASFORMARE I PROBLEMI IN PROGETTI 6. La natura dei problemi

Comprendere la natura dei problemi e le corrette strategie per risolverli è decisivo, perché è inevitabile incontrare difficoltà e ostacoli. Serve munirsi degli strumenti adatti per riconoscerli, occorre sapere come affrontarli e come trovare la giusta soluzione. Il reiterarsi della medesima difficoltà indica la mancata destrezza nel gestirla.

Il problema è come una formula matematica: custodisce al suo interno una struttura e una logica. Capire il meccanismo che l'origina svolge una doppia funzione: permette prima di sciogliere il problema e poi di prevenirlo. Ne consegue che la corretta soluzione comporta anche concludere - e non ripetere in futuro - una modalità disfunzionale.

Diventa allora naturale abbandonare una vita di problemi per una vita di progetti.



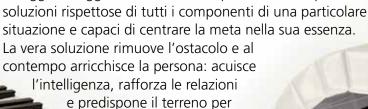
### TRASFORMARE I PROBLEMI IN PROGETTI

#### 7. Vere e false soluzioni

Esistono diversi tipi di problemi e differenti modi di affrontarli.

Le false soluzioni ci allettano perché si mostrano come scorciatoie convenienti, in realtà nascondono pericolosi trabocchetti, infatti peggiorano la condizione in atto. Con le false soluzioni la persona tende a eludere lo sforzo necessario per risolvere il problema e - cosa ancor più grave - perde di vista il fatto che evitando l'impegno si sottrae anche ai benefici del risultato.

Le vere soluzioni spesso appaiono impegnative e faticose come una strada in salita. Affrontandole con coraggio il soggetto cresce nella capacità di concepire soluzioni sempre più raffinate,



nuovi e positivi sviluppi.

La vera soluzione risolve il problema in modo originale e creativo, regalando inattese soddisfazioni.

### TRASFORMARE I PROBLEMI IN PROGETTI

8. Decisioni e priorità



### ORDINARE LA VITA

## 9. Le cinque categorie della vita

Tra l'individuo e le sue esperienze intercorre una singolare relazione.

Da un lato la persona è influenzata dagli eventi che sperimenta.

Dall'altro la persona determina - con le scelte e il comportamento - il corso degli eventi.

Possiamo adottare una mappa per studiare la vita e attivare al suo interno processi di crescita, rendendo così il nostro viaggio davvero entusiasmante. Per operare con ordine suddividiamo la complessità dell'esistenza in cinque categorie: il corpo, la mente, la consapevolezza, le relazioni e l'ambiente. Ogni categoria ha caratteristiche e principi di funzionamento propri. La crescita si esplica nel conoscere di più ciascuna dimensione e nell'elevare la sua condizione.

La persona diviene così capace di originare esperienze migliori.

Ma anche: le esperienze vissute quotidianamente migliorano la persona!

I diversi ingredienti della vita sono equivalenti: hanno tutti il medesimo, immenso, valore.



### ORDINARE LA VITA

10. La realtà della vita

Ogni individuo
con le sue scelte sommate
alle azioni
modella e determina
la realtà della sua vita.

Il nostro approccio verso la realtà circostante e gli eventi che si susseguono nel tempo determina in misura significativa la quantità e la qualità degli esiti finali.

Perfezionare la nostra personalissima logica d'interpretazione della realtà - e le modalità di risposta - significa imprimere una svolta positiva a noi e al contesto in cui operiamo.

Ogni individuo può scegliere in modo consapevole il paradigma con il quale dare ordine e significato alla sua esistenza.

La realtà ci offre un insieme di ingredienti e di opportunità, sta a noi scoprire la ricetta giusta, quella che darà alle nostre esperienze il sapore che ci esprime.

Concepire una personale teoria del vivere significa dare alla nostra esistenza l'esatta forma che ci rispecchia alla perfezione.

## CENTRO STUDI PODRESCA

Scuola di Alta Formazione per l'innovazione nelle abilità umane



Percorso di studio dedicato allo sviluppo delle doti individuali ed alla crescita della persona. Sezioni di studio: La Mente, La Vita, Volontà Creativa, Creare Merito, Strategie Evolutive.



La ricerca sull'educare con amore e fermezza insegna ad ottenere il risultato educativo (che il bambino impari) con abilità di relazione (stare bene insieme). L'impegno rivolto alla qualità dei processi di apprendimento sviluppa crescita sul piano umano nell'educatore e nel bambino.



Corsi per conquistare la piena maestria nei rapporti interpersonali: esprimere se stessi, comprendere gli altri, collaborare, sommare le abilità per fini comuni.



Studi ed espressione creativa dedicati allo sviluppo delle doti personali per bambini e ragazzi dagli 8 ai 18 anni. Il calendario annuale di incontri propone temi, esercizi e applicazioni creative. La crescita dei giovani può progredire con nuove abilità!



Conoscenze ed esperienze di comprensione per sfidare il futuro e poter dire: il tempo passa, l'amore no!



La ricerca del Centro Studi Podresca viene applicata da un decennio in progetti tematici regionali ed è stata apprezzata in convegni europei quale buona prassi. Vanta il primato dell'aver introdotto lo studio delle abilità di relazione a scuola con il progetto "Costruire Relazioni" realizzato con il contributo e il patrocinio della Regione Veneto. Per il suo valore innovativo è stata illustrata all'Expert Group Meeting tenutosi a Bruxelles (6 - 9 giugno 2012) promosso dalla Federazione Internazionale per lo Sviluppo della Famiglia e dedicato alla preparazione dell'Anno Internazionale della Famiglia dell'ONU.

