



Percorsi in-formativi dedicati ai dipendenti finalizzati a sostenere lo sviluppo delle competenze emotive, relazionali e cognitive (Life Skills) nei contesti familiari e relazionali. Di seguito alcuni esempi dedicati alla genitorialità e non solo ...

## PEOPLE CARE - *Persone al centro*

### LA MENTE DEL BAMBINO - percorso minimo di 2 incontri da 2 ore



Partendo dalle situazioni della vita familiare reale, dagli intoppi quotidiani, in una modalità divertente e con spunti multimediali rifletteremo su quali strumenti attivare per supportare i propri figli nel percorso di crescita. Il punto di partenza è diventare consapevoli di come "funzioniamo", delle differenze tra il nostro cervello e quello dei nostri figli.

### LA MENTE DELL'ADOLESCENTE - percorso minimo di 2 incontri da 2 ore

Chi sono gli adolescenti? Cosa li motiva, li caratterizza, li rende così unici? Partiremo dallo sfatare alcuni miti scoprendo cosa succede nella loro testa. Vedremo assieme come possiamo essere delle guide importanti e come creare collaborazione tra le generazioni. E scopriremo che gli adolescenti ci insegnano tanto e ci danno l'opportunità di crescere come genitori e come persone.



### empaMIA o empaTUA? NO, EMPATIA! - percorso minimo di 2 incontri da 2 ore



L'empatia è alla base della comunicazione efficace e della capacità di costruire relazioni significative nei vari contesti della propria vita. Partendo dalla naturale predisposizione alla connessione con gli altri (neuroni a specchio e cervello sociale), scopriremo i fattori che facilitano e ostacolano la nostra capacità di entrare in empatia, mettendo in discussione alcuni falsi miti. Ci alleneremo attraverso strumenti pratici.