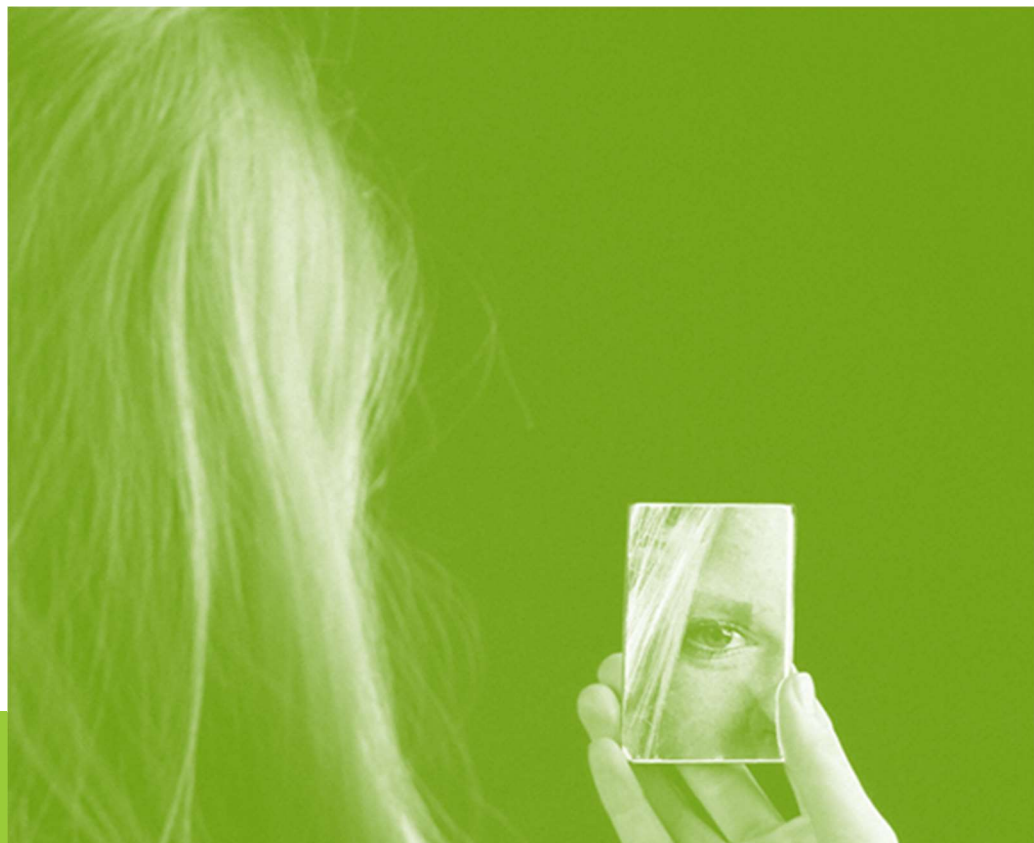


2021



# LABORATORIO DI AUTOSTIMA

*per vivere meglio*

Organizzato da:



[info@sinlabor.it](mailto:info@sinlabor.it)  
[www.sinlabor.it](http://www.sinlabor.it)

Via Ippolito Pindemonte, 4/C 35125  
Padova (PD)

In collaborazione con:



# PERCHE'

*Confrontati con le parti oscure di te stesso, e lavora per addomesticarle con l'illuminazione e il perdono. La tua disponibilità a lottare con i tuoi demoni spingerà i tuoi angeli a cantare.*

*(August Wilson)*

Il laboratorio è una formula di incontro con alta componente di interattività, a basso numero di partecipanti per avere un impatto formativo efficace, utilizzata per l'allenamento delle competenze di comunicazione, abilità sociali, gestione delle emozioni. Gli incontri hanno l'obiettivo di combattere le convinzioni limitanti e migliorare il rapporto con sé, con gli altri e col mondo. Affrontare la paura del giudizio degli altri. Avere un atteggiamento più costruttivo verso gli errori, sviluppando il problem solving. Avviarsi ad un cambio di atteggiamento dal guardarsi dentro al guardare all'altro. Imparare a gestire l'ansia e incrementare la propria area di comfort. Migliorare la propria comunicazione e le proprie abilità sociali e relazionali

## CONDUZIONE

**Daniela Benvenuti**

Psicologa clinica ad indirizzo cognitivo comportamentale e psicologa giuridico forense. Svolge l'attività libero professionale negli studi di Padova e Feltre. Si occupa di benessere psicologico ed effettua consulenze e valutazioni psicodiagnostiche peritali in cause civili e penali.

# COME

Il ciclo è formato da 4 incontri a cadenza settimanale

Gli incontri si svolgeranno dalle 19 alle 21, salvo variazioni di orario concordate direttamente con i partecipanti.

Gli incontri saranno condotti da Daniela Benvenuti, psicologa, iscritta all'Ordine Psicologi Veneto.

---

# DOVE

Il corso si terrà a Padova presso la sede operativa del Centro Antimobbing Padova in via Ippolito Pindemonte 4C (zona Guizza)

---

# QUANDO

Le iscrizioni sono aperte dal giorno 2 aprile 2021 ed il corso partirà al raggiungimento del numero minimo di 7 partecipanti, sarà ripetuto nel caso di un numero di adesione superiore a 10 partecipanti.

---

# ISCRIZIONI

Per informazioni ed iscrizioni manda una email a [danielabenvenuti@yahoo.it](mailto:danielabenvenuti@yahoo.it) o chiama il 346 4155935

---

# COSTO

Euro 130 (*iscritti LABOR euro 100*)

Il versamento della quota di adesione dovrà essere corrisposto tramite bonifico bancario presso Banca Popolare di Milano BANCO BPM S.P.A. intestato a Sindacato Labor Veneto IBAN: IT32C050346266000000000572 con causale **contributo corso di formazione**



# CENTRO ANTIMOBGING PADOVA

ASSOCIAZIONE PER L'ORIENTAMENTO DELLA  
VITTIMA DI MOBBING O ALTRO DISAGIO  
NELL'AMBIENTE DI LAVORO



Scrivi: CENTRO ANTIMOBGING PADOVA  
**Codice fiscale: 92207550283**

il Tuo  
**5x1000**  
al Centro Anti Mobbing Padova

**CENTROANTIMOBGINGPADOVA.IT**