

IL METODO A.N.I.M.A. Il passaggio dall'idea all'azione consapevole

A.N.I.M.A. è un processo e un metodo che facilita la creatività e la progettualità.

Attraverso un percorso guidato, i partecipanti sperimentano come ogni fase sia fondamentale nel prendere una decisione, nel compiere un cambiamento, in modo attivo e consapevole.

Attiva-Nota-Integra-Metti
in pratica-Adegua.

L'acronimo A.N.I.M.A. è un modello ciclico che aiuta a decidere e a progettare con efficacia, ponendo attenzione a tutte le componenti della creatività.



PERCHÉ PARTECIPARE: per mettere a fuoco un progetto desiderato e acquisire un metodo che guida e facilita nel processo decisionale.

A CHI È RIVOLTO: a tutti coloro che vogliono acquisire una capacità progettuale e decisionale.

CONTENUTI: Il modello, introduzione e allenamento alle diverse tappe:

- La gestione del processo di realizzazione delle idee: il metodo A.N.I.M.A
- La mobilitazione dell'energia desiderante
- Il depotenziamento dei propri e altrui ostacoli soggettivi
- Il reperimento di nuove risorse

METODOLOGIE UTILIZZATE: lezioni teoriche intervallate da esercizi scritti, attività a mediazione corporea, esercizi di tipo energetico. La metodologia di riferimento è quella del "Voice Dialogue", tecnica di counseling relazionale alla cui base è posto l'incontro con la molteplicità dell'individuo e la ricerca dell'equilibrio tra i diversi aspetti che caratterizzano la personalità.

FORMULA: 8 ore in un unico incontro, oppure, suddivise in più incontri in base alle esigenze dei partecipanti (max 15).