



Centro Civico
San Rocco



4^x AUTO

Relatore : Dott. ALDO ZABOI

TEMI DEL CORSO:

1. AUTOBIOGRAFIA

Auto- biografia: Imparo a guardarmi. Cosa vedo? Che conoscenza ho di me?

Auto- analisi: mi vedo giustamente? Sono vittima di errori valutativi? Posso imparare a guardarmi bene?

Auto- rivalutazione: come sostenere me stessa/o nella fatica? Cosa mi fa bene?

2. AUTARCHIA

Auto- ironia: so ridere di me! Prendo le cose con leggerezza. Imparo a sdrammatizzare.

Auto- tutela: contro chi è pesante. Contro attacchi ingiustificati. Imparo a resistere!

Autorità: imparo le doti del leader. Stimolo gli altri alla consapevolezza. Educo intorno a me.

3. AUTONOMIA

Auto- sufficienza: so sostenermi. Basto a me stesso. Non ho bisogno di protesi. Resto in piedi.

Auto- educazione: non ho ancora finito di crescere. Cresco da grande? Guardo in cosa crescere.

Auto- disciplina: come riesco a gestirmi nella sconfitta? Come posso ricominciare?

4. AUTOTROFIA

Auto- genesi: le mie radici? Come mi rigenero? Che rapporto ho col mio passato?

Auto-controllo: come fare per mantenerlo (almeno un po')...

Auto- dichiarazione: cosa so dire di me? Come mi affermo?

Come mi presento al mondo?

* Sarà possibile una seconda edizione a metà febbraio 2017 con un numero minimo di partecipanti.

www.aldozaboi.it

QUANDO : Giovedì 20 | 27 ottobre e 3 | 10 novembre 2016 *

DOVE : centro civico S. Rocco. Via G. D'Annunzio 35, Monza - aula conferenze -

ORARIO : 21:00 - 22:30

PER ISCRIVERSI : sul sito: menù Corsi-> Nuovi-> 4X

: mail: corsizaboi@gmail.com

: telefono: 366.4533394

TERMINE ISCRIZIONI : 6 ottobre 2016

COSTO : € 30,00

Possibilità di parcheggio presso Parrocchia Via S. Rocco 2

