

La risoluzione dei conflitti. Ritorna il workshop gratuito di AllenaMente

EVENTI ROVIGO Lunedì 15 ottobre dalle 18.00 alle 20.00 alla Sala della Gran Guardia la nuova Palestra di Coaching di Antonella Frigato ci allena a risolvere i conflitti, in azienda e nelle relazioni quotidiane



I conflitti in azienda e nella vita quotidiana sono la causa di incomprensioni che possono generare blocchi, alzano muri e rendono difficile la comunicazione tra le persone. Lavorare allora diventa più faticoso e la tensione che si genera può a volte diventare la molla che fa prendere decisioni drastiche. **Il non saper riconoscere l'origine dei conflitti e la sua mancata gestione creano fratture interne con inevitabili ripercussioni anche in termini economici e spreco di tempo.** Le aziende che sono in grado di governare questi processi e riconoscere queste dinamiche ottengono migliori risultati in termini di performance ottimizzando l'utilizzo delle proprie risorse interne a vantaggio del benessere del singolo e del gruppo.

L'aumento della competizione e della pressione lavorativa hanno fatto sì che i conflitti in azienda siano sempre più frequenti. Per questo ad oggi è uno dei temi più discussi, e ai quali è necessario prestare più attenzione. Mentre molti si chiedono quanto costino i conflitti all'azienda, noi ci chiediamo anche: come potrebbe un lavoratore fare del suo meglio in un ambiente teso ed aggressivo? **Alcuni conflitti sono spesso così frequenti e intensi da interferire anche nella vita personale** di manager e dipendenti, oltre che in famiglia, a scuola e in ogni relazione che ci veda coinvolti.

Gestire i conflitti si può! È una capacità che si può acquisire con il giusto allenamento!

E' quello che Antonella Frigato propone con **Coaching The Champs!**, uno dei quattro percorsi di Coaching attivi di AllenaMente®, la Tua Palestra di Coaching dinamico di Rovigo.

Cosa si farà in pratica lunedì 15 ottobre alle 18.00 alla Sala della Gran Guardia:

- Riconoscere l'origine del conflitto
- Disinnescare la miccia prima che il conflitto esploda
- Vivere il conflitto in modo funzionale
- Imparare ad esprimere il conflitto per costruire (e non distruggere)
- Utilizzare il conflitto come energia rigenerativa
- Verifica in diretta dei risultati

Chi è la Coach?

Antonella Frigato, coach professionista diplomata ICF e AICP, ai sensi della legge 14/01/2013 nr.4.

Si è formata personalmente alla scuola di Timothy Gallwey il pioniere del coaching moderno, di cui è diventata l'erede, sviluppando nel tempo dei progetti di coaching innovativi quali "Coach up your English" e il "Laboratorio dei talenti".

"Ogni gioco si compone di due parti: una esteriore e una interiore. Non importa a quale gioco tu stia giocando: l'avversario che si nasconde nella nostra mente è molto più forte di quello che troviamo dall'altra parte del campo o della rete." Tim Gallwey

Questa è l'essenza del coaching - Allenare la mente attraverso l'esercizio e l'utilizzo del corpo è la formula innovativa presentata dalla Coach Antonella Frigato che il 22 settembre ha fatto il pieno di presenze alla Sala della Gran Guardia coinvolgendo tutti i presenti negli esercizi ed attività interattive di "AllenaMente - la Palestra di Coaching dinamico" rivoluzionando l'idea stessa della palestra.

In una Sala della Gran Guardia colma di persone pronte a mettersi in gioco e interessate a scoprire una nuova concezione di palestra, che mette in pratica un programma di allenamento funzionale di coaching per **allenare la mente attraverso il fare**, Antonella Frigato, Coach professionista certificata, ha presentato un

programma di allenamento funzionale di coaching dinamico adatto a chiunque voglia ottenere risultati concreti e misurabili, mirati alla propria autorealizzazione, sia come individuo che come parte di un gruppo. Si tratta di una **nuova concezione di apprendimento attraverso il fare, un metodo innovativo per allenare la mente utilizzando il corpo e riuscire a trasformare le interferenze interne in forti alleati, facendo esperienza attiva del pieno potenziale** attraverso la realizzazione di obiettivi personali e autodeterminati.

Come in ogni palestra, è possibile allenare zone diverse del corpo; anche **la proposta di AllenaMente presenta 4 percorsi di coaching di gruppo** per sbloccare l'imbarazzo e l'insicurezza di parlare in inglese attraverso il percorso di **Coach Up Your English**; sviluppa il pieno potenziale di ogni donna nel percorso di **Beauty Coach** per imparare a riconoscere le nostre emozioni per utilizzarle a nostro vantaggio e ritrovare il proprio benessere (interiore ed esteriore); Antonella ci insegna come attivare la gestione costruttiva del conflitto come strumento di creatività per allenarsi a vincere sempre, in ogni condizione allenando la forza del gruppo nel percorso di **Coaching the Champs!** e **Coaching Time**, per allenarsi a recuperare il tempo che non ci sembra di non avere per fare quello che si vuole, per tutti quelli a cui spesso manca il tempo, a quelli che vorrebbero proprio, ma non hanno tempo, a chiunque desideri recuperare l'equilibrio tra le cose da fare e il tempo per farle (tutte e bene) e anche a quelli che vorrebbero proprio prendersi una pausa ma non trovano il tempo per farlo.

Come coach professionista Antonella si occupa dello sviluppo del potenziale individuale e organizzativo attraverso interventi finalizzati al concreto raggiungimento dell'obiettivo autodeterminato dal cliente. E' referente personale di Timothy Gallwey, per l'Italia e per l'Europa, è Head Coach e facilitatore, responsabile H.R. e della divisione di Business di IBC srl, una scuola di formazione manageriale per imprenditori, è direttore dell'Area Coaching di Formorienta, una società di formazione e consulenza aziendale di Padova.

Per informazioni

www.antonellafrigato.it

info@antonellafrigato.it

Dove e Quando:

Lunedì 15 Ottobre alla Sala della Gran Guardia a Rovigo

dalle ore 18.00 alle ore 20.00

L'evento è GRATUITO, la prenotazione è gradita

www.allenamentecoaching.it

info@antonellafrigato.it

8 ottobre 2018