

CORSO DI EDUCAZIONE AL

PENSIERO POSITIVO

DI COSA PARLEREMO

Ottimismo/pessimismo

Sabotatori della mente

Pregiudizi mentali

Complessità e incertezza

COSA IMPAREMOSI

Essere ottimisti

Gestire urgenze

Calcolare errori

Cambiare prospettiva

COME LO FAREMOSI

Attività laboratoriali
&
Riflessione e
confronto in gruppi

