ICF Italia - Corso Vittorio Emanuele II, 287 - 00186 Roma
P.Iva 11719161009 - C.F. 97261340588
www.coachingfederation.it - segreteria@coachingfederation.it

Nome dell'organizzazione:	I&G Management S.r.l.
Titolo del programma:	Dealing with the judge
Tipologia del programma	**Livello 1** □ **Livello 2** □ **Livello 3** □ **AATC** □ **CCE** □ **6.5 CCE – 4 CC e 2.5 RD**
Durata del programma in ore	8
Descrizione del programma (min 1500 max 2500 spazi esclusi)	Il problema del giudizio su se stessi e sugli altri è pressante e ha costi molto elevati, di cui forse non siamo pienamente consapevoli, a livello personale, professionale, relazionale, di salute e di stress nella nostra vita. Quando il critico si rivolge verso l'interno, usa un linguaggio che forse tutti, più o meno, conosciamo. Si tratta di pensieri, emozioni che scorrono a volte in modo frustrante, come: "Non sarò mai in grado di farlo", "Mi odio per la mia timidezza", ecc. Ecco allora la necessità di riconoscere e contattare diversamente il nostro Critico interiore, che spesso ci opprime e **ci deruba della vita con i suoi modi aridi, autoritari e sminuenti.** **Obiettivi e Vantaggi:** • Riconoscere e contattare il nostro critico interiore • Sostenere i partecipanti nell'acquisire consapevolezza delle dinamiche personali che possono diventare un ostacolo • Giudice critico? Riconoscere le differenze • Come recuperare le importanti risorse che il giudice-critico ci può offrire • Rafforzamento generale del senso di consapevolezza di sé che deriva da una rinnovata percezione di sé e da un impatto positivo sull'autostima • Praticare metodi e tecniche per sbloccare la consapevolezza nel coachee, aiutandolo a gestire meglio la sindrome dell'impostore
Lingua del programma	italiano
Località di svolgimento del programma	Italia
Date del programma	Da definire

ICF Italia - Corso Vittorio Emanuele II, 287 - 00186 Roma
P.Iva 11719161009 - C.F. 97261340588
www.coachingfederation.it - segreteria@coachingfederation.it

Data iniziale di approvazione del programma	1/05/2025 – viene rinnovato ogni anno
Data di scadenza di approvazione del programma	30/06/2027 – viene rinnovato ogni anno
Link al programma sul sito di ICF Global	https://www.igmanagement.it/corsi-in-aula/
Sede e contatti dell'organizzazione	Via Carlo Gomes 10, Milano, 20124 martina.brambilla@igmanagement.it