

innovazione nelle abilità umane

C O R S O   D I   S T U D I O

Silvana Tiani Brunelli

# ABILITÀ & PROGETTI





# CORSO DI CRESCITA PERSONALE



## ABILITÀ & PROGETTI

“Abilità & Progetti” è una formazione innovativa per lo sviluppo delle capacità umane. Si distingue per l'immediatezza e per l'alto livello operativo. Il fine del percorso di studio è offrire conoscenze e maturare esperienze per contribuire alla crescita della persona: conseguire inedite abilità per realizzare progetti di valore nella vita!

La crescita personale è concepita come maggiore conoscenza di sé stessi, chiarezza dei propri talenti e obiettivi, perfezionamento delle abilità per interagire con gli altri in modo etico e per conseguire i successi ambiti. Il metodo di lavoro è composto da elementi diversi che, sapientemente sommati, aprono la pista a vere conquiste. Le lezioni trasmettono un sapere inedito sul potenziale umano: i concetti sono semplici e comprensibili ma, applicati con costanza, dimostrano tutto il loro potere. Gli esercizi di comunicazione servono a sviluppare le abilità e a tradurre la teoria in pratica. Grazie alla consulenza individuale ogni partecipante è seguito con speciale attenzione. Nella tappa successiva ciascuno può ideare il progetto che in concreto realizzi le aspirazioni più alte ed elevi la qualità della vita. Il ciclo si conclude con la verifica: dall'analisi dei passi compiuti emergono indicazioni sui miglioramenti da apportare in futuro e con maggiore chiarezza si delinea il tragitto ideale tra mete iniziali e risultati finali. Il metodo di lavoro è auto-correttivo, perciò applicare le abilità studiate in modo graduale e costante aumenta la qualità delle prestazioni e, di riflesso, dei risultati. Il percorso “Abilità & Progetti” si articola in dieci lezioni di studio suddivise in quattro sezioni: La maestria nella comunicazione, Dare e ricevere aiuto, Trasformare i problemi in progetti, Ordinare la vita. La sua applicazione è di grande efficacia sia nella dimensione personale e familiare che in ambito professionale.

Un invito a procedere nella vita originando esperienze migliori!

*Silvana Tiani Brunelli*





# MAESTRIA NELLA COMUNICAZIONE

## 1. La comunicazione produce comprensione

Comunicare è un'attività importantissima e svolge diverse funzioni: esprimere sé stessi, conoscere gli altri, assimilare un nuovo sapere, chiarire progetti e programmi, prendere accordi e collaborare affinché dalle parole si passi alle azioni e ai fatti.

La corretta comunicazione è anche lo strumento principale per perfezionare le doti individuali e per dare avvio alla crescita personale.

Quando lo scambio di messaggi tra due o più persone si verifica in modo corretto produce la comprensione; quando invece è inficiato da errori o mancanze provoca frustrazione e incomprensione. Nel primo caso i rapporti umani si aprono e rinsaldano, nel secondo invece si chiudono. La prima unità di studio insegna come ottenere sempre la comprensione con gli altri, anche quando le rispettive posizioni sono diverse. Quanto migliore è la capacità di comunicare, quanto più intensi sono i processi di evoluzione personale, tanto più completi sono i successi nella vita.


*Possiamo comprendere le parole  
e ottenere la conoscenza.*

*Possiamo comprendere le persone  
e ottenere l'amicizia.*



# MAESTRIA NELLA COMUNICAZIONE

## 2. I risultati della comunicazione



Le parole sono azioni e come le azioni producono delle precise conseguenze. Trasmettere e ricevere i messaggi con le giuste abilità conduce a risultati costruttivi. Instaurare scambi scorretti causa inevitabilmente effetti negativi: problemi e difficoltà.

La seconda unità di studio offre gli strumenti per usare la comunicazione in modo etico e produttivo, per arrivare agli obiettivi desiderati.

La collaborazione tra le persone custodisce una straordinaria potenzialità di crescita ancora, in grande misura, da scoprire; proprio come una nascosta miniera d'oro. Acquisire la maestria della comunicazione corretta allarga il nostro orizzonte esistenziale. Di più, rappresenta un continuo incentivo a progredire nella vita: a concepire un traguardo più grande e cimentarsi con tutte le forze per raggiungerlo!

*Le parole sono azioni:  
con le parole  
possiamo costruire!*



# MAESTRIA NELLA COMUNICAZIONE

## 3. Come migliorare la comunicazione



*Migliorare  
la comunicazione  
significa raggiungere  
un risultato più grande  
con uno sforzo minore.*

Cercare, avviare e conseguire il miglioramento non sono esperienze casuali, ma passi esatti da compiere con consapevolezza e precisione.

I principi e i mezzi della comunicazione sorprendono per la semplicità ma anche per l'efficacia. La persona che sceglie di applicarli scoprirà di avanzare verso la sua destinazione ad alta velocità e con una piacevole leggerezza. Infatti, la padronanza della comunicazione accelera e facilita lo svolgimento dei progetti perché li rende più funzionali e quindi scorrono con fluidità.

Attività che in passato si erano trascinate, pesanti, difficili, faticose... si trasformano in positivo grazie a migliori interazioni con gli altri. I rapporti umani sono come corde che distribuiscono il peso con una logica intelligente: permettono qualcosa che a livello individuale era precluso.

# DARE E RICEVERE AIUTO

## 4. L'aiuto come abilità di relazione

Dare e ricevere aiuto è uno scambio preziosissimo che dà accesso a risorse che diversamente rimarrebbero fuori portata, talvolta anche inutili. Un'autentica e leale collaborazione non solo assicura il massimo rendimento al capitale umano investito, ma fa scaturire ulteriori energie e opportunità.

Dare e ricevere aiuto sono abilità di relazione complesse e raffinate, di rado applicate con esattezza nell'intero spettro del loro effettivo potenziale.

L'autonomia è senza dubbio una pregevole qualità, tuttavia stabilire con gli altri scambi di reciproco sostegno è altrettanto indispensabile.

L'essere umano è naturalmente predisposto per interagire con alti livelli di aiuto da dare e da ricevere. Se non conquisterà appieno il funzionamento di questo scambio nelle relazioni, non assaporerà mai il senso di pienezza al quale aspira.

*Avere cura è una dote  
che esprime l'essenza  
dell'umanità.*





# DARE E RICEVERE AIUTO

## 5. Diversi tipi di aiuto



Ogni persona può aiutare gli altri perché ha delle abilità; ogni persona può ricevere aiuto dagli altri perché hanno delle abilità. Il riconoscimento dell'aiuto come espressione delle abilità umane mette in luce la sua natura gioiosa e creativa.

Lo scambio del dare e del ricevere crea un collegamento intimo e genuino tra gli individui. Ognuno con le sue qualità contribuisce al benessere degli altri e ne è parimenti sostenuto.

“Dare” risveglia in noi il senso della fierezza, “ricevere” aiuto ci permette di vivere meglio; sollecitare gli altri ad “aiutarsi a vicenda” eleva il contesto esistenziale e procura merito.

È utile concepire l'aiuto non solo come risposta a una richiesta o a un bisogno, ma soprattutto come contributo per realizzare progetti. La funzione principale dell'aiuto infatti non è tamponare una falla, bensì conquistare una vetta.

*Dare e ricevere aiuto  
è la chiave  
che apre la porta  
alle opportunità.*




# TRASFORMARE I PROBLEMI IN PROGETTI

## 6. La natura dei problemi

Comprendere la natura dei problemi e le corrette strategie per risolverli è decisivo, perché è inevitabile incontrare difficoltà e ostacoli. Serve munirsi degli strumenti adatti per riconoscerli, occorre sapere come affrontarli e come trovare la giusta soluzione. Il reiterarsi della medesima difficoltà indica la mancata destrezza nel gestirla.

Il problema è come una formula matematica: custodisce al suo interno una struttura e una logica. Capire il meccanismo che l'origina svolge una doppia funzione: permette prima di sciogliere il problema e poi di prevenirlo. Ne consegue che la corretta soluzione comporta anche concludere - e non ripetere in futuro - una modalità disfunzionale.

Diventa allora naturale abbandonare una vita di problemi per una vita di progetti.



*Se c'è la soluzione,  
perché ti preoccupi?  
Se non c'è soluzione,  
perché ti preoccupi?*

*Aristotele*



# TRASFORMARE I PROBLEMI IN PROGETTI

## 7. Vere e false soluzioni


Esistono diversi tipi di problemi e differenti modi di affrontarli.

Le false soluzioni ci allettano perché si mostrano come scorciatoie convenienti, in realtà nascondono pericolosi trabocchetti, infatti peggiorano la condizione in atto. Con le false soluzioni la persona tende a eludere lo sforzo necessario per risolvere il problema e - cosa ancor più grave - perde di vista il fatto che evitando l'impegno si sottrae anche ai benefici del risultato.

Le vere soluzioni spesso appaiono impegnative e faticose come una strada in salita. Affrontandole con coraggio il soggetto cresce nella capacità di concepire soluzioni sempre più raffinate, soluzioni rispettose di tutti i componenti di una particolare situazione e capaci di centrare la meta nella sua essenza.

La vera soluzione rimuove l'ostacolo e al contempo arricchisce la persona: acuisce

l'intelligenza, rafforza le relazioni  
e predispose il terreno per  
nuovi e positivi sviluppi.



*La vera soluzione  
risolve il problema  
in modo originale e creativo,  
regalando inattese soddisfazioni.*

# TRASFORMARE I PROBLEMI IN PROGETTI

## 8. Decisioni e priorità



Con ogni decisione la persona sceglie a quale parte della realtà assegna la vittoria. Quando un professionista decide di essere onesto, attribuisce la vittoria all'onestà. Quando un amico sceglie di essere leale, dà la vittoria alla lealtà.

La decisione corrisponde al disegno dell'architetto: crea le linee guida per le esperienze concrete. Tanto più chiaro, equilibrato e completo è il disegno, tanto più sarà perfetta e appagante la sua realizzazione.

Nessuno ci ha insegnato come decidere, eppure la vita di continuo ci chiede di prendere posizione, di scegliere e di rispondere delle decisioni assunte. Un vantaggioso regalo che possiamo farci è conquistare le abilità: saper assegnare la priorità a un elemento, saper decidere, poter concentrare l'attenzione ed essere capaci di guidare gli ingranaggi delle esperienze verso i fini della nostra vita.

*Dare la priorità significa porre un elemento in primo piano e trasformarlo attraverso un processo di crescita.*

# ORDINARE LA VITA

## 9. Le cinque categorie della vita

Tra l'individuo e le sue esperienze intercorre una singolare relazione.

Da un lato la persona è influenzata dagli eventi che sperimenta.

Dall'altro la persona determina - con le scelte e il comportamento - il corso degli eventi.

Possiamo adottare una mappa per studiare la vita e attivare al suo interno processi di crescita, rendendo così il nostro viaggio davvero entusiasmante. Per operare con ordine suddividiamo la complessità dell'esistenza in cinque categorie: il corpo, la mente, la consapevolezza, le relazioni e l'ambiente. Ogni categoria ha caratteristiche e principi di funzionamento propri. La crescita si esplica nel conoscere di più ciascuna dimensione e nell'elevare la sua condizione.

La persona diviene così capace di originare esperienze migliori.

Ma anche: le esperienze vissute quotidianamente migliorano la persona!

*I diversi ingredienti della vita sono equivalenti:  
hanno tutti il medesimo, immenso, valore.*





# ORDINARE LA VITA

## 10. La realtà della vita

*Ogni individuo  
con le sue scelte sommate  
alle azioni  
modella e determina  
la realtà della sua vita.*

Il nostro approccio verso la realtà circostante e gli eventi che si susseguono nel tempo determina in misura significativa la quantità e la qualità degli esiti finali.

Perfezionare la nostra personalissima logica d'interpretazione della realtà - e le modalità di risposta - significa imprimere una svolta positiva a noi e al contesto in cui operiamo.

Ogni individuo può scegliere in modo consapevole il paradigma con il quale dare ordine e significato alla sua esistenza.

La realtà ci offre un insieme di ingredienti e di opportunità, sta a noi scoprire la ricetta giusta, quella che darà alle nostre esperienze il sapore che ci esprime.

Concepire una personale teoria del vivere significa dare alla nostra esistenza l'esatta forma che ci rispecchia alla perfezione.

# CENTRO STUDI PODRESCA

Scuola di Alta Formazione per l'innovazione nelle abilità umane



Percorso di studio dedicato allo sviluppo delle doti individuali ed alla crescita della persona. Sezioni di studio: La Mente, La Vita, Volontà Creativa, Creare Merito, Strategie Evolutive.



Corsi per conquistare la piena maestria nei rapporti interpersonali: esprimere se stessi, comprendere gli altri, collaborare, sommare le abilità per fini comuni.



Conoscenze ed esperienze di comprensione per sfidare il futuro e poter dire: il tempo passa, l'amore no!




La ricerca sull'educare con amore e fermezza insegna ad ottenere il risultato educativo (che il bambino impari) con abilità di relazione (stare bene insieme). L'impegno rivolto alla qualità dei processi di apprendimento sviluppa crescita sul piano umano nell'educatore e nel bambino.



Studi ed espressione creativa dedicati allo sviluppo delle doti personali per bambini e ragazzi dagli 8 ai 18 anni. Il calendario annuale di incontri propone temi, esercizi e applicazioni creative. La crescita dei giovani può progredire con nuove abilità!



La ricerca del Centro Studi Podresca viene applicata da un decennio in progetti tematici regionali ed è stata apprezzata in convegni europei quale buona prassi. Vanta il primato dell'aver introdotto lo studio delle abilità di relazione a scuola con il progetto "Costruire Relazioni" realizzato con il contributo e il patrocinio della Regione Veneto. Per il suo valore innovativo è stata illustrata all'Expert Group Meeting tenutosi a Bruxelles (6 - 9 giugno 2012) promosso dalla Federazione Internazionale per lo Sviluppo della Famiglia e dedicato alla preparazione dell'Anno Internazionale della Famiglia dell'ONU.



*Percorso di crescita personale:  
sviluppare inedite abilità  
per realizzare progetti di valore!*

Copyright & Licenza

**CENTRO STUDI PODRESCA®**