

Evento formativo riconosciuto da AssoCounseling valido ai fini dell'aggiornamento permanente. Scheda sintetica:

Titolo dell'evento	SKILL UP. Non ti manca il tempo, ti manca priorità.
Tipologia	Percorso di formazione
Ente erogante	KRM ITALIA
Monte ore totale	8
Modalità di erogazione	Presenza
Sede di svolgimento	Napoli. la sede sarà comunicata all'atto della avvenuta iscrizione
Piattaforma FAD	
Date e orari di svolgimento	Sabato 7 marzo 2026 orario: 9.00-18.00
Costo	€ 95 <input type="text" value="IVA inclusa"/>
Responsabile didattico	Dr. Luigi Lucci
Formatore	Giovanni Amoroso. Fondatore e CEO di KRM Italia - Key Relationship Management. PNL Business Trainer, Executive & Team Coach, Professional Advanced Trainer Counselor, Facilitatore in Costellazioni Sistemiche, Familiari e Aziendali. Luigi Lucci. Training Manager KRM Italia. Trainer PNL Communication. Executive e Mental coach. Professional Advanced Counsellor. Facilitatore Traumatic Incident Reduction (TIR) e in Comunicazione interculturale. Consulente "4Color". Facilitatore Lego Serious Play.
Metodologia didattica	Esperienziale <input type="text" value=""/>
Documentazione rilasciata	Attestato contenente le ore e il programma svolto con evidenziati i crediti assegnati e gli estremi del riconoscimento di AssoCounseling
Contatti	Email sviluppo@krmitalia.it
	Tel. +39 334 3505579
	Web https://krmitalia.it

<p>Programma</p>	<p>Il tempo non si controlla, si abita. Molte persone vivono la sensazione costante di non avere abbastanza tempo: giornate piene, mente affollata, energia dispersa. Questo percorso nasce da una prospettiva diversa: il tempo non si controlla, si abita. Quando manca la chiarezza interiore, anche molte ore non bastano; quando emergono priorità e confini sani, il tempo diventa spazio di presenza, scelta e libertà. Sviluppare consapevolezza, strumenti pratici e competenze relazionali per gestire il proprio tempo in modo intenzionale, attraverso chiarezza di priorità, definizione di confini sani e presenza interiore.</p> <p>Obiettivi specifici</p> <ul style="list-style-type: none"> - Riconoscere le dinamiche interiori che generano senso di urgenza e sovraccarico. - Fare ordine tra richieste esterne, aspettative e bisogni autentici. - Distinguere attività nutrienti da attività dispersive. - Definire priorità coerenti con i propri valori personali e professionali. - Costruire e comunicare confini chiari tra lavoro, vita personale e spazio interiore. - Allenare la capacità di scelta consapevole, riducendo senso di colpa e automatismi. - Vivere il tempo con maggiore presenza, intenzione e libertà. <p>Competenze in uscita:</p> <p>Consapevolezza del proprio rapporto con il tempo, l'energia e le priorità. Capacità di autoregolazione rispetto a urgenze, pressioni e aspettative. Maggiore senso di padronanza e libertà nelle scelte quotidiane. Capacità di dire "no" in modo assertivo e rispettoso e capacità di dire "sì" con pienezza e intenzione. Strumenti pratici per organizzare priorità e impegni in modo sostenibile.</p>
<p>Varie</p>	<p>La partecipazione è richiesta per l'intera durata dell'evento; non è possibile seguirne solamente una parte. Le iscrizioni, obbligatorie e a numero chiuso, verranno considerate in ordine cronologico di arrivo.</p>
<p>Crediti assegnati da AssoCounseling 8</p>	<p>Ore assegnate da AssoCounseling valide come percorso di crescita personale 1</p>