



antico**benessere**

LA CITTÀ IDEALE

La città ideale” è un’attività di art-coaching che ha lo scopo di lavorare sull’energia emozionale-relazionale per dare espressività alle emozioni. Lavorare con l’arte ci consente di poter superare i blocchi emotivi, dando ascolto ai sentimenti più profondi.

Nella prima fase il coach invita a lavorare sulla consapevolezza delle proprie risorse, qualità e talenti: saperle individuare e metterle a disposizione della collettività è importante per poter creare un team coeso e unito. Una volta individuati i propri valori e quelli del team, si passerà alla realizzazione di un progetto comune all’interno del quale valorizzare le proprie risorse e realizzare un’opera condivisa.

Al termine del laboratorio creativo, i diversi lavori del team verranno uniti per dare vita ad una vera e propria città ideale. L’opera realizzata rimarrà in azienda, a memoria di quanto creato insieme e a testimonianza di un vero e proprio lavoro di squadra.

Durata: 3 ore circa

Conduttrici del team building «La città ideale»



DAL MONDO DEGLI EVENTI Maria Luisa Ciccone e Art Coaching Team

Life & Business Coach, Maria Luisa Ciccone ha un'esperienza più che ventennale nel mondo degli eventi. Ha organizzato numerosi meeting e attività di team building per aziende italiane e straniere in Italia e in diversi Paesi all'estero. Ha conseguito un Master in Life Coaching presso l'Accademia della Felicità. Quindi diverse certificazioni, tra le quali quelle in Therapeutic Art Life Coaching, Mindfulness Life Coaching e sull'Intelligenza Emotiva. Sull'Intelligenza Emotiva, tema che l'appassiona molto, organizza diversi corsi e webinar. Nel suo processo di formazione di approfondimento di competenze, ha conseguito un diploma in Executive Team Coaching.

Insieme a Saba Najafi e Maryam Aeenmeher, Art Therapist, ha dato vita a "Fai della tua vita un capolavoro" un progetto di ArtCoaching per le aziende che coniuga la metodologia del Coaching con le tecniche artistiche per realizzare attività innovative ed estremamente creative.

Grazie alle attività creative si possono, infatti, liberare quelle energie necessarie a esprimere le proprie emozioni e instaurare relazioni positive all'interno del team, creando un clima di grande empatia e grande collaborazione.