

# L'ARCHITETTO RESILIENTE

*Metodi e tecniche per sviluppare la fiducia e l'ottimismo*

**Mercoledì**  
**13 OTTOBRE 2021**  
**ore 14.00 - 16.00**

**2 CFP ARCHITETTI**  
*(validi per la Deontologia)*

**ISCRIZIONE OBBLIGATORIA**  
**SU IM@TERIA**

Nell'attuale scenario economico per un Architetto è fondamentale saper essere reattivo e lucido per trasformare gli eventi stressanti in eventi positivi, sia sul piano professionale sia su quello personale.

Con il termine **RESILIENZA** si indica la proprietà di un materiale di resistere agli urti senza spezzarsi. Per trasposizione, in psicologia e sociologia, resilienza è la capacità di un individuo di far fronte alle difficoltà, resistendo con successo alle situazioni avverse e imparando a sviluppare competenze dalle situazioni avverse e rafforzando la fiducia in se stessi e nel proprio agire.

**Obiettivo:** imparare a generare energie positive necessarie ad accrescere le proprie capacità di resistenza

**Saluti:**

Arch. Silvana Scaramelli  
Consigliere Ordine APPC Lecco

**Contenuti:**

- Tecnica ABCDE (Adversity, Beliefs, Consequences, Discussion, Effects)
- Agisco dunque sono (sfera dell'influenza)
- Stili professionali resilienti
- Problem solving e pensiero antitetico (approcci orientali)
- Meditazione

**Docente: Remo Bernardi,**

Morfopsicologo, Master in PNL e Ipnosi Ericksoniana, esperto in psicologie e filosofie Orientali, lavora come Formatore e Coach per aziende, imprenditori,

## INFORMAZIONI

Costi di partecipazione (diritti di segreteria):

Iscritti OAPPC di Lecco:

**Euro 10,00 + IVA (Tot. Euro 12,20)**

Iscritti esterni:

**Euro 15,00 + IVA (Tot. Euro 18,30)**

*da versare alle seguenti coordinate bancarie entro giovedì 08.10.2021:*

FONDAZIONE ARCHITETTI P.P.C. - LECCO  
IBAN IT 18 N 05696 22902 000004886X22

**La Segreteria, previa verifica dell'avvenuto pagamento, da allegare all'iscrizione su Im@teria, invierà una mail con link e istruzioni per il collegamento all'evento.**