

# L'ART DE VIURE AL COL·LEGI



Sota aquest títol us oferim la quarta edició dels tallers teòrics i pràctics de dues hores de duració amb la col·laboració desinteressada de la **Sophia Blasco**, assessora i coach, que ens ajuden a millorar harmònicament, la nostra convivència amb nosaltres mateixos i amb el món; a viure en coherència amb els nostres valors, a desenvolupar la nostra pròpia personalitat i a gestionar el nostre propi estat d'ànim que són els fonaments de benestar emocional, amb l'objectiu de desenvolupar un estil de vida saludable que ens proporcioni beneficis de salut i de qualitats de vida.

Els tallers estan oberts a col·legiats, familiars i amics. **La inscripció és gratuïta** però és imprescindible inscriure's ja que les places són limitades.

## Estil Proactiu versus Estil Reactiu

L'estil de gestió **reactiu** és estressant, ineficient, ens pot provocar que les millors persones de l'equip marxin i ens proporciona un rendiment deficient. La gestió reactiva, encara que ocasionalment pot ser necessària, és destructiva quan és converteix en l'estil habitual de gestió d'un equip o d'una organització.

ANTES DE ACTUAR,  
*escucha.*  
ANTES DE REACCIONAR,  
*piensa.*  
ANTES DE GASTAR,  
*gana.*  
ANTES DE CRITICAR,  
*espera.*  
ANTES DE RENUNCIAR,  
*inténtalo.*  
  
ERNEST HEMINGWAY

D'altra banda, entre els beneficis més atractius de l'estil de gestió **proactiu** hi ha una major sensació de control, la possibilitat de preveure quan i com farem anticipant-nos a l'esdevenidor, la possibilitat de dissenyar protocols per abordar situacions delicades que es repeteixen, la identificació de bones pràctiques i la generació d'un bon ambient de treball d'un equip amb les prioritats clares.

Un estil de gestió **proactiu** se centra en la planificació i en la creació d'estructures, processos i sistemes que protegeixen la gestió contra possibles crisis fent-la més eficient.

Al taller presentarem algunes claus per passar d'un estil reactiu a un estil proactiu, adoptar un estil de gestió proactiu t'aportarà molt, i no tan sols a nivell professional. T'esperem!

**DATA I HORARI: dijous, 21 d'abril de 2016, de 14 a 16 hores**

INSCRIPCIÓ:

**Col·legiats i pre col·legiats:** gratuïta, però es imprescindible inscriure's [www.cofb.net](http://www.cofb.net)

**No col·legiats:** 15 euros cada sessió [www.cofb.org](http://www.cofb.org)

PER SABER MÉS: [www.coachingpersonal.cat](http://www.coachingpersonal.cat)