

# L'ART DE VIURE AL COL·LEGI



Sota aquest títol us volem oferir una nova sèrie de tallers teòrics i pràctics de dues hores de duració amb la col·laboració de la **Sophia Blasco**, assessora i coach, que ens ajudaran a millorar la nostra convivència amb nosaltres mateixos i amb el món harmònicament, 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.

## Com superar la por a equivocar-se

David Kelley, dissenyador de les icones **M'agrada / No m'agrada** i especialista en alliberar el potencial creatiu de persones i organitzacions, ens explica:

*'Recordo un dia, a l'escola, el meu amic, Brian estava fent un cavallet amb argila, una de les nenes de la classe, en veure'l, li va dir: "És espantós. No s'assembla genys ni mica a un cavall". Brian va destrossar el cavallet i el va llançar a les escombraries. Mai més no va tornar a fer res semblant.'*

[http://www.ted.com/talks/lang/es/david\\_kelley\\_how\\_to\\_build\\_your\\_creative\\_confidence.html](http://www.ted.com/talks/lang/es/david_kelley_how_to_build_your_creative_confidence.html)



Moltes persones hem viscut experiències similars, algunes, en viure-les, han renunciat a la seva creativitat; aquesta renúncia comença a la infància i es consolida a l'adulthood; aquesta por a l'opinió de l'altre mata la creativitat. Al taller, compartirem què s'amaga darrera la renúncia a la creativitat i com podem recuperar la confiança en la pròpia creativitat per emprendre nous camins, desenvolupar idees innovadores, triar les millors opcions i prendre bones decisions.

**DATA I HORARI:** dijous **22 de maig de 2014, 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)