

# AUTOEFFICACIA E GESTIONE DELLO STRESS

✘ **Seminario pratico condotto da Roberta Mariotti di Consulenza Strategica ®**  
**Sabato 1° giugno in Corso d'Augusto n. 81 a Rimini**

*Rimini, 30 maggio 2013*– Un seminario pratico e intensivo di quattro ore, condotto dalla psicoterapeuta e coach **Roberta Mariotti**, che esplora le risorse della mente, delle emozioni e del corpo, ma anche le tecniche di *problem solving* da utilizzare per vincere lo stress. E' in programma sabato 1 giugno dalle 9.30 alle 13,30, nella sede di **Consulenza Strategica** a Rimini. L'incontro è aperto a 15 partecipanti e ha l'obiettivo di mostrare come sia possibile potenziare la propria energia per rigenerarsi, per accrescere il proprio potere di concentrazione in azione e trasformare i limiti in risorse. Un semplice allenamento quotidiano utile per fronteggiare situazioni critiche o impreviste.

**Roberta Mariotti**, coach, psicologa e psicoterapeuta. Da oltre 20 anni è consulente, coach e trainer di numerose aziende, enti pubblici e privati (fra cui Technogym, Esercito Italiano, I.S.S. San Marino, CEMEC). Ideatrice della Scuola di *Comunicazione e potere personale* ®, è un punto di riferimento per atleti, allenatori, artisti e professionisti per la comunicazione e lo sviluppo del potere personale, la gestione dello stress e il miglioramento della performance.

Per informazioni e iscrizioni: [segreteria@consulenzastrategica.com](mailto:segreteria@consulenzastrategica.com) – Tel: 0541 22890