

# Leadership & Self Empowerment

Protagoniste della propria vita:  
con responsabilità, efficacia e concretezza



**Corso rivolto a studentesse universitarie del I anno di tutte le facoltà**

*Il corso si propone di arricchire lo studente nella conoscenza di sé, portandolo ad esaminarsi sulla propria personalità e su tematiche di leadership.*

La pausa pranzo è dalle 13.15 alle 14.30.  
Per chi lo desidera, domenica alle 12.00 è prevista la Messa in Collegio.

Viscontea - Via Lamarmora 17, Milano -  
viscontea@fondazionerui.it

## Sabato 7 ottobre 2023

dalle ore 9.30 alle ore 13.00

- **Valorizzare se stessi:  
il sistema dei riconoscimenti**

dalle ore 14.30 alle ore 17.30

- **Colorare la propria vita:  
sensazioni, emozioni, movimento**

## Domenica 8 ottobre 2023

dalle ore 9.30 alle ore 12.00

- **Vivere le proprie risorse:  
motivazione e gestione del tempo**

dalle ore 14.30 alle ore 17.30

- **Agire il cambiamento:  
azione, valorizzazione, consapevolezza**

## **Faculty**

### **SANDRO ANFUSO**

*Psicologo del lavoro e delle organizzazioni (Università di Padova). Esperto di Formazione, sviluppo e gestione delle risorse umane. Psicoterapeuta ad Orientamento Analitico Transazionale; Psicoterapeuta ad orientamento Analitico Bioenergetico; Esperto in Sessuologia Clinica; Psicoterapeuta EMDR; Psicologo delle Sport e delle Performance.*

*Dopo anni di esperienza nella consulenza manageriale e in azienda nella selezione, formazione e sviluppo delle risorse umane, si occupa di formazione e coaching per le aziende, psicoterapia, sessuologia, counseling per il benessere delle persone, psicologia dello sport.*

*Nel 2020 fonda Sport Mindset Agency, per aiutare gli atleti a raggiungere l'eccellenza e la performance ottimale, curando e valorizzando le proprie risorse personali con un forte orientamento al benessere.*