

# Corso guida consapevole



## OBIETTIVO

Giochi, simulazioni, esercizi e confronti permetteranno di raggiungere una conoscenza più profonda di sé stessi e una consapevolezza culturale ed umana che motivi ognuno di noi non solo a una guida più responsabile, ma addirittura anche sul lavoro e nella vita. Guida Consapevole offrirà un miglioramento concreto a 360° e al termine del corso, la persona non sarà mai più la stessa.



## CONTENUTI

- Differenza percettiva tra fermo e in movimento, il valore di 1 secondo
- Le abitudini e l'esperienza. Quanto siamo presenti alla guida?
- La distrazione come prima causa di incidenti e uso di smartphone
- Alcol e stupefacenti alla guida, simulazioni e giochi in aula
- Uso consapevole delle protezioni con 2 o 4 ruote
- L'incidente di Alessio, riflessioni che cambiano il comportamento alla guida
- La nostra vita legata agli altri: il rispetto
- La motivazione al valore della Vita
- La BBS (Behavior Based Safety) alla guida
- Le trappole mentali e i rischi (esercitazioni e giochi in aula)
- Il cervello, la mente, il cuore allineati per una guida consapevole
- L'intelligenza emotiva e il controllo delle reazioni verso gli altri
- Esercitazioni pratiche per scoprire come funziona la mente umana
- La percezione del pericolo in movimento
- Le conseguenze, queste sconosciute!
- La tecnologia al servizio della guida



## DESTINATARI

Chiunque è interessato a conoscere sé stesso più profondamente, ad acquisire una consapevolezza culturale ed umana in grado di motivare sé stesso non solo a una guida più responsabile, ma anche sul lavoro e nella vita.



## SCEGLI QUESTO CORSO SE...

Vuoi intervenire alla base dei tuoi comportamenti, rimuovendo resistenze, pregiudizi e cattive abitudini.



## DURATA

4 ore



## COSTO

Contattaci per avere maggiori informazioni sul prezzo di questo corso.