

Vieni a conoscere il tuo Critico Interiore a:

MILANO - Silvana Borile
10 maggio ore 15.30
Libreria Esoterica,
Galleria Unione, 1
angolo piazza Missori.

BOLOGNA - Silvia Pelle
12 maggio ore 21
Libreria Naturista New Age,
via degli Albari, 2.

AREZZO - Roberta Butelli
17 maggio ore 18,00
Libreria Edison,
via Giuseppe Verdi, 22.

GROSSETO - Daniela Lembo
22 Maggio ore 18.30
Libreria Bibliothé,
via Cavour, 9.

ASTI - Silvia Pelle e Wanda Gallo
23 maggio ore 16
Libreria Parola di Passo,
via XX Settembre, 26.

MODENA - Paola Poluzzi
27 Maggio ore 21
Libreria La Scienza dei Magi
c/o La Bottega di Merlino,
viale Storch, 82

Per maggiori informazioni:
areaeventi@gruppomacro.net
info@innerteam.it

Il **Gruppo Editoriale Macro** dal 1987 rappresenta una realtà fondamentale del panorama culturale italiano, capace di contribuire con le proprie opere e iniziative alla crescita di una comunità attenta e consapevole. Il Gruppo è leader in Italia nel settore del body, mind & spirit. Pubblica e distribuisce un catalogo di circa 800 titoli, tra libri e DVD, con una produzione annua di oltre 100 novità e 200 ristampe. Per informazioni: www.macroedizioni.it.

La forza dell'**Istituto InnerTeam** sta nella sua filosofia ispiratrice: imparare a riconoscere, apprezzare, potenziare e gestire il 'team interiore' che abita dentro ognuno di noi. L'Istituto InnerTeam, fondato nel 1993, prevede tra le sue attività: la Scuola di formazione, counseling e coaching; corsi di formazione aziendale e consulenze individuali e di coppia, oltre a laboratori e lavori sui sogni. Per informazioni: www.innerteam.it.

La Coscienza dei tuoi limiti è la tua ricchezza interiore

Il Gruppo Editoriale Macro
e i trainer dell'Istituto InnerTeam presentano:

IL CRITICO INTERIORE MAI PIÙ CONTRO NOI STESSI

UN SUCCESSO SENZA TEMPO DI HAL E SIDRA STONE



UN TOUR EMOZIONALE
NELLE PRINCIPALI CITTÀ
DI TUTTA ITALIA

INGRESSO LIBERO

Scopri il programma completo su
www.macroedizioni.it e su www.innerteam.it

**GRUPPO EDITORIALE
macro**



InnerTeam
percorsi di trasformazione

Chi è il Critico Interiore

“Dentro di noi c’è una vocina che ci ricorda come dovremmo essere e quello che dovremmo fare o non fare, criticando il nostro modo di essere o di fare se non è quello ‘giusto’, qualunque cosa questo voglia dire per ciascuno di noi.”

Il **Critico Interiore** è il personaggio che ci rimprovera quando sbagliamo e tende a mettere in discussione chi siamo, facendoci sentire inadeguati e ‘mai pronti’. Spesso questa voce risuona particolarmente distruttiva e come uno specchio deformante ci impedisce di considerare con lucidità il nostro corpo, la nostra psiche e i nostri comportamenti. Come un genitore ansioso che crede di sapere ciò che è meglio per noi, il Critico ci tiene lontani da comportamenti e situazioni che potrebbero danneggiarci, ma al tempo stesso **limita la nostra capacità di rischiare e creare. Spesso una sua azione eccessiva dà origine alle nostre crisi di autostima, al nostro continuo confronto con gli altri e alla nostra paura dell’insuccesso.**

Ma è questa la sua vera natura?

Esiste un modo per impedire al Critico interiore di nuocerci e per trasformarlo in una vera risorsa per il nostro benessere?

Perché partecipare

Fare la conoscenza del nostro Critico Interiore è un passo straordinario verso la libertà, intesa come reale capacità di scelta e autostima.

Attraverso semplici ragionamenti, esempi immediati ed esercizi pratici, un gruppo di esperti di Voice Dialogue – una tecnica di esplorazione del nostro mondo interiore ideata da Hal e Sidra Stone, autori del libro *Il Critico Interiore* (Gruppo Editoriale Macro) - presenteranno la via più

semplice per diventare complici del proprio Critico Interiore. Ti mostreranno come recuperare dal tuo Critico le preziose facoltà che è in grado di offrirti: **la capacità di valutare serenamente le tue qualità e i tuoi limiti e quella di giudicare con lucidità ed equilibrio persone e situazioni.**



In questa occasione, vivrai la preziosa opportunità di confrontarti con dei veri e propri esperti, formati presso la Scuola di Counseling dell’Istituto InnerTeam e/o il Master “Comunicazione e Relazioni interpersonali” del Progetto COREM dell’Università di Siena. **Ognuno di loro ha sperimentato in prima persona le qualità trasformative del lavoro sul Critico interiore e le applica ogni giorno nel proprio lavoro con il pubblico.**

Grazie alla loro professionalità, sarà quindi possibile riconoscere i modi con cui il Critico Interiore mina la nostra sicurezza, sabotando i nostri progetti, le nostre relazioni e la nostra creatività. Attraverso questa nuova consapevolezza potremo iniziare a ‘separarci’ dai suoi giudizi e dai suoi commenti, scoprendo un nuovo modo di vivere. Più sereno e leggero.

A breve distanza dalla conferenza, i relatori organizzeranno un **incontro esperienziale di una giornata**, per poter entrare più profondamente nei temi discussi durante la conferenza. Ogni relatore darà indicazioni a tale proposito durante la serata di presentazione.

Per maggiori informazioni:
areaeventi@gruppomacro.net
info@innerteam.it