

Formazione e Aggiornamento per Avvocati

AVVOCATURA & STRESS

(6 crediti formativi)

La professione di avvocato consiste certamente nelle questioni giuridiche che si affrontano, nella conoscenza degli istituti e della materia del diritto, negli atti che si redigono, nelle udienze cui si partecipa e nelle sentenze che vengono emanate; vero è peraltro che accanto a questi aspetti “istituzionali”, c’è anche una parte meno visibile, ma consistente, che spesso influenza la professione stessa.

Le decisioni che si debbono prendere, la litigiosità del contenzioso, la delicatezza di certe posizioni, la perentorietà delle scadenze, il carico di lavoro (o la sua scarsità), le responsabilità relative agli incarichi assunti, gli esiti dei giudizi, determinano spesso uno stato di tensione psicofisica al quale diventa difficile a volte porre rimedio.

È pertanto indubbio che la “prestazione” dell’avvocato può essere influenzata, se non anche determinata, dalla capacità di fare fronte e di rispondere in termini positivi e costruttivi alle sollecitazioni cui si è sottoposti quotidianamente. Invero, è un dato di fatto che qualsiasi avvocato, in quanto innanzitutto “persona”, è soggetto ad una serie di stimoli fisici, emozionali e mentali; se questi stimoli non sono tenuti sotto controllo, possono destabilizzare il suo abituale rendimento, “inceppando” quei delicati meccanismi interiori che gli consentono di esprimere al meglio le sue capacità e potenzialità.

Di qui la necessità di acquisire la capacità e l’abitudine a padroneggiare questi impulsi fisici, emozionali e mentali, non solo per evitare spiacevoli insuccessi, ma anche per migliorare la propria professionalità complessiva.

In questa ottica, le tecniche mentali e gli elementi motivazionali di Dinamiche della Mente e del Comportamento, un metodo di Sviluppo Personale del dott. Marcello Bonazzola, distribuito da più di trent’anni in Italia dall’ **Istituto di Dinamiche Educative Alternative** di Curno (BG), possono rappresentare un valido supporto per un avvocato, attraverso un’esperienza utile al miglioramento della propria professione, con ampie applicazioni pratiche nella vita di tutti i giorni.

L’**Istituto di Dinamiche Educative Alternative** (dove il termine: *alternativo* è inteso nel senso di: *complementare e innovativo*) si occupa di attività di formazione professionale di relatori e istruttori di Dinamica della Mente e del Comportamento nell’ambito del settore educativo, del settore sportivo e di quello aziendale e professionale in genere ed è l’unica Scuola Privata autorizzata alla distribuzione su tutto il territorio Nazionale delle Tecniche di Dinamica della Mente (secondo il metodo del dott. Marcello Bonazzola) e del Comportamento

Il Programma del Corso ha ottenuto il “proponibile” dal Dipartimento Ricerche e Studi dell’**Accademia Europea C.R.S.-I.D.E.A.** (*Ente Riconosciuto*) di Dalmine (BG) e Padova - www.somatopsichica.it - ed è stato accreditato dai **Consigli dell’ Ordine degli Avvocati di Vicenza e di Rovigo con 6 Crediti Formativi**.

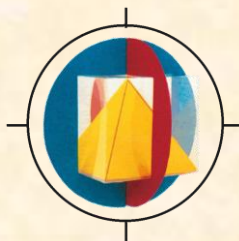
Contenuti e finalità:

Nella pratica, il Corso di rilassamento anti-stress che viene proposto serve per imparare a:

- riconoscere e gestire i meccanismi fisiologici dello stress;
- rilassarsi e ovviare alle tensioni e ai blocchi muscolari;
- raggiungere la corretta “*tensione produttiva*” (né troppa, né troppo poca);
- recuperare energia dopo periodi di intenso lavoro;
- vincere l’insonnia;
- imparare a controllare le proprie emozioni (nelle udienze, di fronte ai problemi e agli esiti dei giudizi);
- migliorare l’ascolto e l’attenzione (con i clienti, i colleghi, i giudici, il personale di Cancelleria);
- imparare a focalizzare le idee e mantenere la concentrazione (nella redazione degli atti, nella preparazione delle difese e prima di prendere decisioni).

I.D.E.A. S.r.l.

24035 CURNO (BG) - Via Bergamo, 25 - Tel. 035/61.44.44 - Fax 035/61.82.82
e-mail: i.d.e.a.srl@virgilio.it - www.villaggioglobale.com



Programma

Durata: Il Corso si terrà venerdì pomeriggio **16 Novembre 2012** e sabato mattina **17 novembre 2012** a **Rovigo** presso una sala riunioni del **Museo dei Grandi Fiumi**, Piazzale San Bartolomeo n. 18

Venerdì 16 novembre 2012

Ore 15: registrazione dei partecipanti

Ore 15.30 - 19

Introduzione: Presentazione delle linee operative che si seguiranno durante lo svolgimento del Corso con relative metodologie applicate. Esercizio pratico.

intervallo

Rilassamento fisico: sua funzione e importanza (*per imparare a rilassare il corpo e recuperare energia*).
Esercizio pratico.

Sabato 17 novembre 2012

ore 9.30 - 12.30

Rilassamento somato-psichico (*per imparare a controllare le emozioni e a calmare la mente*).

Esercizio pratico.

intervallo

Rilassamento e musica (*come la musica può aiutare a rilassarsi*).

Esercizio pratico.

Ore 12.30

Chiusura dell'esperienza

Tipologia

Il Seminario è di facile approccio e di semplice partecipazione; non prevede libri di testo o compiti per casa e le verifiche dei risultati ognuno le fa subito, dopo ogni ora di lezione, "da solo a solo" e senza esami o esaminatori. Una volta apprese, le tecniche possono essere applicate senza bisogno di assistenza successiva.

Al termine del Corso verranno consegnati ai partecipanti i testi delle tecniche applicate.

Costo: euro 190,00 + iva

euro 150,00 + iva per Under 35

Docente del Corso:

avv. Spillare Carlo

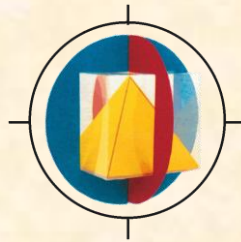
Avvocato a Vicenza dal 1990, già Vice-Pretore Onorario presso la Pretura di Vicenza. Psicologo Abilitato. Istruttore di Dinamica Mentale Base, specializzato in Dinamiche della Mente e del Comportamento. Operatore di supporto psicopedagogico. Presidente dell' Istituto Serblin per l'Infanzia e l'Adolescenza (*Ente Morale*) di Vicenza. Ha pubblicato tre libri come autore, *Meravigliarsi per crescere*, *TEOREMA: Villaggio globale*, *Abitante adeguato* e *In cammino verso l'essere* e quattro come curatore, di Marcello Bonazzola *Si sedes non is*, *Indebite Euforie*, *Cibernetica Sociale* e *A futura memoria*.

Informazioni e iscrizioni: presso i recapiti qui sotto riportati ed anche direttamente presso lo Studio dell'avv. Carlo Spillare: tel. 0444-301660 – tel. 0444-391779 e-mail: carlospillare@virgilio.it

I.D.E.A. S.r.l.

24035 CURNO (BG) - Via Bergamo, 25 - Tel. 035/61.44.44 - Fax 035/61.82.82

e-mail: i.d.e.a.srl@virgilio.it - www.villaggioglobale.com



**Scheda d'Iscrizione alla
GIORNATA DI RILASSAMENTO ANTI-STRESS
a ROVIGO c/o Museo dei Grandi Fiumi del 16 e 17 novembre 2012**

Si prega di **compilare la Scheda d'Iscrizione** in tutte le sue parti, stampare la pagina ed inviarla a mezzo fax al n. **0444-301779** o e-mail **i.d.e.a.srl@virgilio.it** con allegata la copia dell'avvenuto pagamento.

Le iscrizioni saranno accettate in base alla data di arrivo e fino ad esaurimento posti disponibili; verrà data precedenza alle iscrizioni accompagnate dall'attestazione del pagamento.

PARTECIPANTE (ai fini del rilascio dell'attestazione)*		
Cognome e Nome	:	
Ordine Avvocati di	:	
Registro Praticanti di	:	
Altro	:	
Codice Fiscale	:	
E-mail	:	
DATI PER LA FATTURAZIONE*		
Ditta / Studio	:	
Indirizzo	:	
Cap – Città	:	
Telefono	:	
Partita Iva	:	
e-mail	:	

* Tutti i campi sono obbligatori per la fatturazione e il rilascio dei crediti formativi

Si allega copia dell'avvenuto pagamento a favore di **I.D.E.A. srl di**

euro 229,90 (euro 190,00 + iva) oppure

euro 181,50 (euro 150,00 + iva) in quanto Under 35,
effettuato a mezzo di:

Bonifico bancario su Banca Intesa San Paolo IBAN: IT79V0306952973100000007403

Assegno bancario/circolare spedito in data

PRIVACY: La informiamo che i suoi dati saranno trattati nel pieno rispetto del D.Lgs n. 196/2003. Con la sottoscrizione della presente Lei consente al loro trattamento da parte dell'Istituto di Dinamiche Educative Alternative (I.D.E.A. srl) e degli Enti o Istituti Didattici che collaborano con l'Istituto per il conseguimento degli scopi statutari. L'Istituto si impegna a tenere riservati i dati forniti.

Data: _____

Firma: _____

I.D.E.A. S.r.l.

24035 CURNO (BG) - Via Bergamo, 25 - Tel. 035/61.44.44 - Fax 035/61.82.82
e-mail: i.d.e.a.srl@virgilio.it - www.villaggioglobale.com