

L'esperienza di Maja con il corso di formazione Essence+:

Sul corso di formazione: Intenso, gioioso, pieno di risate, inaspettato fin dal primo momento, incontrando persone molto care, comunicando su molti livelli, spingendo la fiducia e la dipendenza oltre i confini personali e scoprendo nuovi e più alti terreni di connessione con le persone e il team.

Quando ho visto il programma della nostra settimana sulla parete, la mia prima impressione non è stata molto felice. C'erano alcune cose che non mi piacevano, per esempio menzionare la "zona di comfort", hm, non piace a nessuno 😊 , o qualcosa chiamato "iniziazione", che diavolo?!, non io!

Quindi, spingere i confini della mia zona di comfort è stato molto bello, facile e quasi comodo, perché abbiamo costruito una connessione molto forte e la fiducia reciproca nel gruppo in un tempo molto breve, grazie alle attività di team building che erano divertenti, giocose, piacevoli e allo stesso tempo impegnative, coinvolgenti e scelte in modo intelligente per questo scopo.

La "prova sul campo" del team durante la spedizione è stata divertente e di successo, anche se un po' faticosa e per alcuni membri del team forse troppo. Le articolazioni e le ginocchia mi hanno fatto male per circa un mese dopo quell'esercizio 😊 .

Mi è piaciuto molto arrampicarmi sulle corde alte, soprattutto sulla scala di Giacobbe, e sono rimasta molto sorpresa di me stessa perché, in tutta sincerità, non mi piace l'altezza e non ho mai desiderato in vita mia provare ad arrampicarmi su qualcosa, compresi gli alberi del mio giardino 😊 .

Risultati dell'apprendimento: al mio ritorno a casa avevo un mese di tempo per finire e portare a termine il progetto Erasmus+ con due partner che avevamo iniziato qualche tempo prima, e mi sono coraggiosamente assunta la responsabilità e la guida e abbiamo fatto un ottimo lavoro. Ora aspettiamo i risultati, ma il processo di cooperazione durante quel mese è stato molto facile e sicuro, senza alcuno stress per me, e lo ringrazio direttamente al corso di formazione Essence +.

Tutto sommato, sento di essere cresciuta molto grazie a questo corso e non vedo l'ora di incontrarvi di nuovo e di imparare da voi 😊 .