



CORSO DI FORMAZIONE GRATUITO

Stress e cambiamento: come gestirli nella ricerca di lavoro

a cura di Alessandra Carbonini, Elena Girotti, Camilla Robolini

Stai affrontando un periodo di cambiamento importante e hai difficoltà a gestirlo?

Fatichi ad affrontare la tensione che può comportare la ricerca di una nuova posizione lavorativa o di un miglioramento professionale?

Conosci le strategie corrette per affrontare una situazione stressante?

In questo incontro impareremo come gestire al meglio lo stress e le difficoltà che una ricerca attiva di lavoro e un cambiamento di vita importante comportano.

Cosa imparerai?

- Quali sono le principali difficoltà da affrontare nella ricerca di lavoro
- Le obiezioni e gli ostacoli psicologici durante la ricerca
- Come affrontare la paura del cambiamento
- Le strategie più efficaci per affrontare le situazioni di stress

Destinatari

- Disoccupati ed occupati alla ricerca di un nuovo impiego

Data: 15/10/2025

Orario: 09:00 -13:00

Sede: CPI BS 1, Viale della Bornata, 65 Brescia

Per informazioni:

orientamentoeformazione@provincia.brescia.it

Iscriviti subito
compilando il form

