



Newsletter n° 2 Novembre 2021

E SE POI MI SCOPRONO? NOI DONNE E LA SINDROME DELL'IMPOSTORE

E. Cadoche, A. De Montarlot, Longanesi, 2021

Nel lavorare sull'empowerment al femminile - come counselor e come formatrice - ho riscontrato spesso, in molte donne, la difficoltà di prendere consapevolezza dei propri talenti e di indirizzare le proprie risorse in una proficua e feconda direzione di autorealizzazione.

Molti sono gli ostacoli che vengono dal contesto e dagli stereotipi di genere di cui è permeata la nostra cultura, ma molti sono anche gli autosabotaggi che pratichiamo noi stessi.

Nel bellissimo libro di E. Cadoche e A. de Montarlot viene esplorata la sindrome dell'impostore, quella sensazione di non essere mai abbastanza brave e di non meritare i successi ottenuti (di cui trattiamo nel corso "Dall'efficienza all'autoefficacia: sviluppare il potenziale femminile e star bene in ufficio").

La mancanza di fiducia in sé rischia di diventare un boomerang che si riflette su vari ambiti della vita e può realmente comprometterne la riuscita.

Ma c'è una buona notizia: come tutte le credenze limitanti può essere trasformata. Se impariamo a non temerla, ma a farcela "amica", la sindrome dell'impostore può dirci qualcosa di importante su di noi, aiutarci a migliorare e a negoziare soluzioni sostenibili con noi stesse sia nella vita personale che professionale.

Rossella Cardinale Direttrice Scientifica Progetto Lavorare al Femminile
E se poi mi scoprono; ISBN9788830456372 Elisabeth Cadoche, Anne de Montarlot, pagine 272, Euro 18,60 - Sfoglia le prime pagine al [link](#)



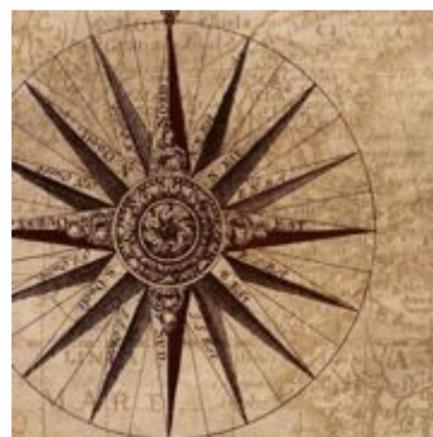
L'idea
Valorizzare il talento delle donne
Riconoscere i propri talenti aiuta a prenderne consapevolezza e a valorizzarli nel modo giusto e in armonia con i propri bisogni e con quelli dell'organizzazione.

[LEGGI](#)



Allenare le qualità femminili
Riconoscere atteggiamenti e comportamenti che ostacolano il proprio sviluppo personale.
Apprendere tecniche per modificarli. Imparare a riconoscere bisogni e priorità. Lavorare sul proprio potenziale di realizzazione.
Valorizzare le proprie energie per dare un contributo di qualità sia nella vita professionale che personale. Trovare alleati e creare sinergie.

[LEGGI](#)



Per migliorare la leadership al femminile
1 - Gli Strumenti per il Change Management al Femminile
2 - Le Risorse Evolutive delle Donne al servizio delle Organizzazioni
3 - Trasformare i propri limiti in Energia Rinnovabile
4 - Verso scenari di Sostenibilità Lavorativa

[LEGGI](#)