

Element II Bezpieczeństwo

W programie kursu m.in.:

- **dowiesz się, czym jest dla Ciebie Twoje poczucie bezpieczeństwa** oraz jak je kształtować tak, by stanowiło dla Ciebie wsparcie, a nie ograniczenie
- **odkryjesz, jak zaufanie do siebie i innych kształtuje Twoje zachowania i sposób myślenia**, a przede wszystkim jak wpływa na Twoje interakcje z innymi
- **zdiagnozujesz swój system motywacyjny** - sprawdzisz co Cię tak naprawdę motywuje, a co przeszkadza w podejmowaniu aktywności i realizacji celów
- **określisz swoje motywy**, popracujesz nad systematycznością i wytrwałością w dążeniu do celu
- **diagnoza osobowości** pomoże Ci odnaleźć w sobie to, co Cię rozprasza i pozwoli wyeliminować czynniki, które wywołały taki stan, aby ostatecznie zyskać na jakości
- **nauczysz się organizować swój czas** tak, aby wykorzystywać go w najefektywniejszy sposób w pracy i życiu prywatnym.