

Talent jest kobietą

warsztaty rozwojowe TYLKO dla KOBIEC

Grupa 23 zaprasza na wakacyjną edycję warsztatów rozwojowych dla kobiet. Odkryjesz i rozwinięsz swoje talenty i możliwości, nauczysz się skutecznie komunikować z otoczeniem i staniesz **Pewną Siebie Kobieta**. A wszystko to w pełnym pozytywnej energii kobiecym gronie!

Cykl warsztatów obejmuje 7 niezależnych spotkań. Rozpoczynamy już **04.08 o godzinie 18:00**. Ilość miejsc ograniczona. Decyduje kolejność zgłoszeń.

Zgłoszenia prosimy kierować na adres mailowy kontakt@grupa23.com.pl

Więcej informacji pod numerem 500 193 435

Warsztaty dedykowane są kobietom, które chcą:

- odkryć nowe obszary indywidualnych możliwości
- pozbyć się kompleksów i wzmocnić swoją pewność siebie
- rozwinąć kompetencje emocjonalne

Termin: każda kolejna **środa** sierpnia i września **godz. 18:00 - 19:45**
rozpoczęcie kursu **12.08.2010**

Miejsce: Warszawa

Koszt: **35 zł** / spotkanie.
udział w minimum 5 spotkaniach - **10% zniżki**

04.08.2010 - Warsztat I Jaka jestem?

- mój typ osobowości
- znajdź swoje mocne strony
- warsztaty – jak słabsze strony zamienić w zalety?

11.08.2010 - Warsztat II Budowanie pewności siebie

- „samospełniające się proroctwo”
- szacunek dla samej siebie podstawą pewności
- pozytywne myślenie
- automotywacja

18.08.2010 - Warsztat III Budowanie własnego wizerunku

- pierwszego wrażenia nie zrobisz drugi raz!
- autodiagnoza wizerunku
- złam stereotypy myślenia!
- świadoma autokreacja
- autoprezentacja

25.08.2010 - IV Komunikacja interpersonalna

- komunikacja werbalna, czyli jak mówić, aby nas słuchano
- komunikacja niewerbalna, czyli nasza kobieca broń
- rozmowy damsko-męskie, czyli porozumienie na Marsie

01.09.2010 - Warsztat V Budowanie prawidłowych relacji

- jak sprawić, aby kontakty z innymi sprawiały nam radość?
- budowanie relacji w życiu osobistym
- budowanie relacji w życiu zawodowym

08.09.2010 - Warsztat VI Harmonia jest kobietą, czyli efektywne zarządzanie czasem

- jak pogodzić kobiece role?
- „dzielenie czasu na czworo”
- wartości drogą do harmonii

15.09.2010 - Warsztat VII Nie taki stres straszny, jak go malują

- jak radzić sobie w trudnych sytuacjach?
- kryzys ! i co dalej?
- skuteczne metody opanowania stresu