

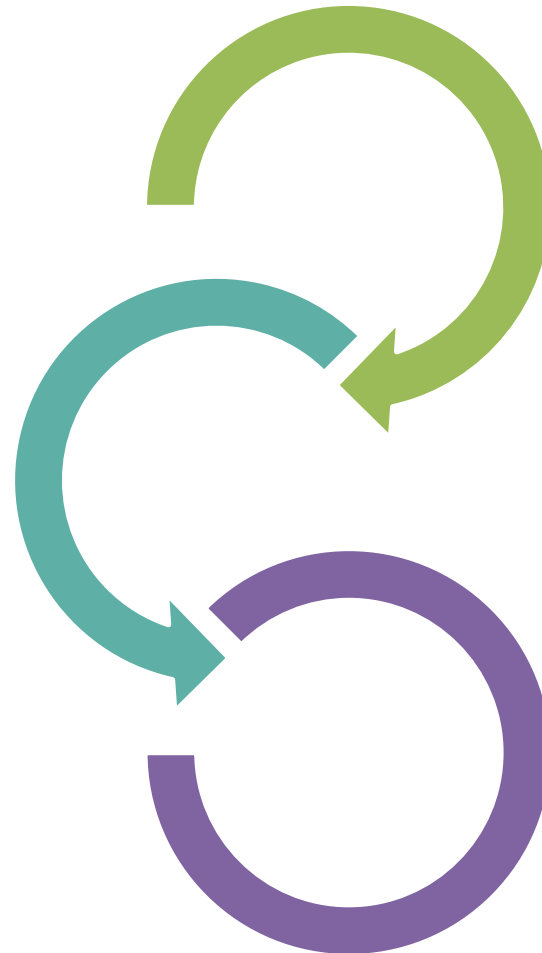


w takim oto stanie pojawiłam się na kursie
EX - IN - luty 2015 r.

Refleksje na temat kursu

Wartość kursu

- Kompetencje trenerów
- Nowe umiejętności
- Poszerzenie wiedzy o kryzysach



Nowe doświadczenia

- Dystans do kryzysu
- Umiejętność w opanowaniu emocji
- Nowi ludzie, nowy zespół

Zmiana sposobu myślenia

- Elastyczność
- Tolerancja
- Pozytywne myślenie
- Wiara we własne możliwości

Proces rozwoju

JASNA STRONA MOCY

Witalność

Umiejętność tworzenia pozytywnych relacji

Odwaga i wytrwałość w dążeniu do celu



Proces rozwoju

WYKORZYSTANIE “KNOW-HOW”

Zarządzam sobą i własnym życiem

Komunikacja w relacjach – asertywność, stawianie granic, otwartość

Sfera zawodowa- skupiam się na nowej drodze zawodowej w oparciu o kompetencje i swoje mocne strony - edukator





w takim oto stanie kończę kurs EX - IN
biegnę, biegnę, zwawo i radośnie - i tak aż
do końca

dziękuję za uwagę

Zuzanna Nizałowska

