INFORMACJA, al. Niepodległości 34, 61-714 Poznań, hol główny, tel.: 61 626 66 66; fax 61 626 67 44, e-mail: kancelaria@umww.pl

Asertywność w relacjach - warsztaty dla kobiet z cyklu uJAwnianie siebie

To zadziwiające, jak wiele z nas wciąż czuje się nieswojo, kiedy ma powiedzieć „nie”. Odmowa nierzadko wiąże się z poczuciem winy, wyrzutami sumienia czy innymi obawami. W konsekwencji wolimy przesuwać nasze granice, nadużywając siebie, niż zawieść oczekiwania dzieci, partnera, szefa, koleżanki, rodziców. W ten sposób wikłamy się w niezdrowe zależności, pogłębiając tylko nasz dyskomfort.
Prowadzenie: Agnieszka Szwejkowska konsultant biznesowy, specjalista rozwoju osób dorosłych, ekspert psychologii pozytywnej i family business.

Termin:

2020-03-07

Lokalizacja:

Centrum Kultury i Sztuki w Koninie

Organizator:

Centrum Kultury i Sztuki w Koninie

więcej informacji