

ВЕБИНАР

11 января 2023 г.

«Планирование в условиях неопределенности — как ставить цели на 2024 год»

Рекомендовано: всем.



ЛЕКТОР:

Аленченко Оксана Сергеевна,

действительный член Общероссийской психотерапевтической лиги, немедицинский психотерапевт, сертифицированный Эриксоновским Университетом ICF бизнес-тренер, коуч, победитель Всероссийского конкурса бизнес-тренеров Сбербанка России.

О мероприятии:

- Вебинар
- 10:00-12:00
- На своем рабочем месте

ЗАПИСАТЬСЯ

ПРОГРАММА:

Автор оставляет за собой право вносить в программу изменения, направленные на ее актуализацию.

1. Неопределенность как причина тревоги. Как справляться с тревогой путем планирования.
2. 3 инструмента планирования, которые позволяют навести порядок в голове.
3. Работа с планером. Как разгрузить себя от лишних задач и изнуряющих мыслей. Планер высылается участникам после вебинара.
4. Метод саморегуляции для эмоционального баланса. Как восстанавливать себя в короткие сроки.

ВНИМАНИЕ: КОЛИЧЕСТВО ОЧНЫХ ПОДКЛЮЧЕНИЙ ОГРАНИЧЕНО. СПЕШИТЕ ЗАРЕГИСТРИРОВАТЬСЯ!

Без ограничений – просмотр вебинара в записи по ссылке.

Обязательна предварительная регистрация на сайте искра-рядом.рф и по тел. (391) 2-570-570 или 8-800-7000-115.



Стоимость: 1 480 руб.

Стоимость для клиентов компании «ИСКРА РЯДОМ»: 1 180 руб.

Стоимость для участников программы привилегий компании «ИСКРА РЯДОМ»
бесплатно.

К РАСПИСАНИЮ

ЛЕКТОРЫ

В КОНТАКТЕ

ПОЛЕЗНЫЕ РАССЫЛКИ