

ÖNISMERETI CSOPORT

Gyakorlati (cselekvés, cselekvés, cselekvés!) fókuszú önismereti csoport indul Tatabányán 2017 szeptemberben. alkalommal az adott önismereti területen cselekvéssel, Ha valóban változást akar az életében, de a cselekvés nehézkesen ment eddig, akkor itt a helye! Elmélet is lesz, de minden egyes aktívan haladunk keresztül, úgy hogy utána a mindennapokban Önnek is könnyebb legyen mindezeket a technikákat alkalmaznia!

A csoportról: kis létszámú (max. 6-7 fő, már csak 3 hely van), szombatokénti elfoglaltságokkal, összesen 7 alkalom, havi egy találkozóval (várható befejezés: 2018. tavasza), sok-sok egyéni munkával közötte (is).

Témák (a teljesség igénye nélkül): meditáció, dühkezelés, érzelemkifejezés, célkitűzés, önmotiválás.

Jelentkezni: info@berkijudit.hu e-mailcímen tud augusztus 30-ig.

