



X SEBEVĚDOMÍ, SEBEDŮVĚRA A STRACH I.–II.

DVOUDÍLNÝ KURZ

- Konkrétní techniky a doporučení pro rozvoj pozitivních přesvědčení o sobě samém
- Nástroje na práci se svým strachem a dalšími negativními emocemi
- Vnitřní naprogramování z životních zkušeností
- Proč v různých situacích pociťujeme neadekvátně velký strach či stud?
- Jakou roli hrají adaptivní strategie přežití?

Lektor: Ing. Lukáš Kučera


Určeno pro studenty ČVUT.
Zdarma.

kontakty

Registrace nutná: www.cips.cvut.cz/akce

Více informací: seminare@cips.cvut.cz

CIPS – Studentský dům,
Bechyňova 3, Praha 6, Dejvice
www.cips.cvut.cz

 CIPS ČVUT

ČTVRTKY

11/10, 18/10

17 – 20 h

