



## Wyjazdowy warsztat na Mazurach poświęcony poczuciu własnej wartości.

- Chcesz bezwarunkowo akceptować siebie?
- Jesteś nieśmiała/ły i ciągle zastanawiasz, co pomyślą o Tobie inni?
- Często czujesz się niepewnie?
- Wycofujesz się z działania z obawy przed porażką?
- Traktujesz innych lepiej od siebie?
- Często im się tłumaczysz?
- Nie widzisz swoich mocnych stron ?
- Często koncentrujesz się na swoich wadach?

Zapraszamy na trening !

Poczucie własnej wartości to postawa pokazująca myśli i opinie na swój temat. Ma ogromny wpływ na to, czy jesteś zadowolona z siebie i z życia, czy raczej doświadczasz stresu, lęku i wstydu.

Jeśli doskwiera Ci niskie poczucie własnej wartości, trudniej radzisz sobie z wyzwaniami, problemami i krytyką. Wycofujesz się z relacji, możliwości lepszej pracy i nowych znajomości z obawy przed porażką lub poczucia, że nie zasługujesz na szczęśliwe życie.

Jeśli masz wyższe poczucie własnej wartości, znasz swoje mocne i słabsze strony – akceptujesz siebie w całości. Postrzegasz świat jako pełen możliwości i odważniej sięgasz po swoje marzenia. Pomimo porażek, pracujesz nad ich realizacją i dzięki temu je osiągasz. Czujesz więcej spokoju i radości.

Dzięki udziałowi w warsztatach:

- wzmocnisz poczucie, że zasługujesz na dobre życie,
- dowiesz się czym jest prawdziwe poczucie własnej wartości, jak możesz je w sobie rozwijać i wzmocniać,
- lepiej poznasz siebie, swoje mocne i słabe strony, zaakceptujesz siebie taką/takim jaką jesteś / jakim jesteś,
- nauczysz obdarzać siebie większą troską i szacunkiem,
- bardziej uwierzysz w swoje możliwości, nabierzesz odwagi i pewności siebie.

W czasie warsztatów będziemy uczyć się, odpoczywać, bawić się,

Inwestycja 950 PLN

Zakwaterowanie w MazuryClub <http://www.mazuryclub.pl/> , pełne wyżywienie

tel. 605 088 797

Zapraszamy

Organizator: TRANSFORMACJA - Centrum Doradztwa i Szkoleń <https://www.facebook.com/transformacja>