



AGNIESZKA ZIEMBIŃSKA

zaprasza na WARSZTATY z cyklu
PSYCHOLOGIA



PSYCHOLOGIA

PSYCHOLOGIA

PRACA NAD PO CZUCIEM WŁASNEJ WARTOŚCI

To, co wewnątrz to i na zewnątrz. Czy znasz swój dialog wewnętrzny i jesteś świadomy jak siebie traktujesz? Czy ten sposób, w jaki siebie traktujesz, chciałbyś traktować swojego przyjaciela? Czy to jak inni czasami Ciebie traktują świadczy o tym, że są źli czy może Ty sam swoim zachowaniem prowokujesz ich lub zapraszasz do takiego, a nie innego zachowania? Można powiedzieć, że Ci ludzie są Twoim lustrem i pokazują ja Ty sam siebie traktujesz. Tak naprawdę, możesz być im za to wdzięczny. Czy zdajesz sobie sprawę, jakie jest Twoje poczucie wartości? Czy akceptujesz siebie takim, jakim jesteś? Czy rzucasz się w wir pracy? Czy masz przymus udawania kogoś innego niż jesteś? Czy nieustannie porównujesz się z innymi i jesteś albo lepszy, albo gorszy? Celem tego warsztatu jest uświadomienie sobie, co myślisz na swój temat i zwiększenie poczucia Twojej wartości.

*serdecznie zapraszam
Agnieszka Ziemińska*

INFORMACJE I ZAPISY:

Agnieszka Ziemińska – trener, terapeutka Gestalt. Absolwentka psychologii Uniwersytetu Łódzkiego. Prowadzi szkolenia z zakresu komunikacji interpersonalnej, asertywności, pracy zespołowej, kreatywności, relaksacji. Posiada wieloletnie doświadczenie w pracy psychologa, trenera, psychoterapeutki. Prowadząc szkolenia zwraca dużą uwagę na indywidualne podejście do uczestników, dba o to aby mieli optymalną przestrzeń do nauki i rozwoju. Inspiruje ją terapia behawioralno-poznawcza oraz systemowa, terapia Gestalt, ustawienia wg Berta Hellingera. Z natury jest wiecznym wędrowcem, podróżnikiem, artystką życia. Zwiedziła Indie, Nepal, Bhutan i niemal całą Europę, ale miejscem, do którego zawsze wraca jest Łódź. Więcej informacji o Agnieszce znajdziesz na jej stronie: www.spelnionemarzenia.pl

