

## Skuteczność w działaniu drogą do szczęścia

Szczęście jest marzeniem każdego człowieka. Nie ma jednego klucza do szczęścia, tak jak nie ma jego jednej definicji. Wiadomo, jednak, że szczęściu można pomóc. Co zatem wyróżnia ludzi szczęśliwych? To umiejętność planowania i skutecznego realizowania celów. Większość z nas porzuca swoje marzenia, rezygnuje z realizacji zamierzeń z powodu niewystarczającej motywacji a może silnej woli? Świadomość swoich wartości i marzeń, pozwala nam planować działania, kształtować właściwe nawyki, a w konsekwencji osiągać poczucie satysfakcji i budować swoje życie w sposób świadomy i wytrwały.

Celem szkolenia jest:

- wyposażenie uczestników w wiedzę z zakresu psychologii motywacji,
- zapoznanie z podstawowymi zagadnieniami z obszaru badań nad szczęściem,
- rozwinięcie praktycznych umiejętności kształtowania nawyków skutecznego działania i realizowania planów.

Szkolenie przeznaczone jest dla osób zainteresowanych rozwijaniem swoich życiowych kompetencji, poszukujących wiedzy i praktycznych wskazówek jak realizować swoje cele i marzenia, tak aby znaleźć poczucie sensu w życiu i osobiste szczęście.

### Program szkolenia obejmuje następujące zagadnienia:

- I. Poznasz podstawowe zagadnienia i teorie związane ze szczęściem.**
- II. Dowiesz się co o realizacji celów i wytrwałości w działaniu wie psychologia motywacji.**
- III. Zrozumiesz, dlaczego niektóre marzenia nigdy nie zostaną zrealizowane.**
- IV. Dowiesz się jak tworzyć plan rozwoju osobistego.**
- V. Zdobędziesz praktyczne wskazówki jak podtrzymywać wytrwałość w działaniu.**
- VI. Zapoznasz się z nawykami skutecznego działania umożliwiającymi świadome i odpowiedzialne zarządzania swoim życiem.**

## Informacje organizacyjne:

Forma szkolenia: **Szkolenie Online**

Cena regularna uczestnictwa jednej osoby netto: **390,00 zł**

Cena regularna uczestnictwa jednej osoby brutto: **479,70 zł**

**Pobierz** formularz zgłoszeniowy w PDF lub **zapisz się** online na to wydarzenie poprzez stronę internetową.