

SEBAVEDOMIE

Sebavedomie je základným predpokladom nielen výnimočných úspechov, ale aj bežného spokojného života. Potrebuje ho rovnako špičkový manažér, obchodník, ako aj študentka strednej školy. Niekto ho potrebuje, aby sa presadil v práci, v škole, v športe a iný preto, aby sa odvážil pozvať niekoho na svoje prvé rande. Preto je tento seminár užitočný naozaj pre každého.

Sebavedomie je vlastnosť, ktorú musíme neustále kultivovať. Bez ohľadu na to, či ho máme nízke, alebo vysoké. Nie je to dar, ani náhoda. Je to výsledok všetkého, čo v živote robíme a rovnako, ako všetko v našom živote, ho môžeme zlepšovať. Seminár Sebavedomie, je preto pre všetkých, ktorí chcú ovplyvňovať svoj život a chcú na sebe pracovať. Lektorom seminára bude bývalý vysokoškolský pedagóg a úspešný manažér **Peter Bero**, ktorý sa dnes venuje najmä vedeniu seminárov v oblasti osobného rozvoja.

Obsah seminára

Prvá časť

- genéza sebavedomia
- XS-faktory ovplyvňujúce sebavedomie
- prelomová skúsenosť

Druhá časť

- pyramída sebavedomia
- individuálne spoznanie
- cvičenia na vyladovanie sebavedomia

Súčasťou seminára je aj samostatná práca účastníkov a spoločné diskusie. Účastníci môžu absolvovať samostatne alebo spoločne rôzne mentálne cvičenia. Účasť na akejkoľvek aktivite je samozrejme vždy nepovinná. Počas seminára každý určite získa množstvo nových impulzov, alternatívnych názorov a hlavne konkrétnych nástrojov na prácu so svojím sebavedomím.

Časový rozvrh

8.30 – 9.00	registrácia účastníkov
9.00 – 12.00	prvá časť seminára
12.00 – 13.00	obed
13.00 – 16.00	druhá časť seminára
16.00	odhadovaný koniec seminára