



## Automotywacja do działań

### Cele szkolenia:

- ✓ Zdobycie wiedzy o czynnikach wpływających na poziom motywacji
- ✓ Poznanie korelacji między realizacją indywidualnych potrzeb, a poziomem własnej motywacji
- ✓ Zastosowanie w praktyce wybranych technik wzmacniania własnej motywacji
- ✓ Zwiększenie świadomości własnych umiejętności motywowania siebie

### Korzyści dla uczestników

- ✓ większa świadomość posiadanych zasobów wykorzystywanych do automotywacji
- ✓ wypracowanie sposobów wzmocnienia własnej motywacji
- ✓ samoświadomość mocnych stron i obszarów do rozwoju

Czas trwania szkolenia: 2 dni

Maksymalna liczba uczestników: 14 osób