



„Szociális célú városrehabilitáció-Miskolc Avas-dél akcióterületen” című
ÉMOP-3.1.1-12-2013-0011 számú projekt

**Miskolci Nőknek Is Esélyt Alapítvány, MINŐIES Alapítvány
Önismereti klub** - Helyszín: 3529 Miskolc, Szentgyörgy u.42.-44.

Szeretnének hasznos elfoglaltságot, jó társaságot találni, heti rendszerességgel emberek között lenni és beszélgetni, gondolatokat, véleményeket cserélni? Esetleg többet megtudni magukról, erősségeikről, lehetőségeikről?

Ha igen, akkor jöjjenek a **„Légy önmagad, de merj változtatni!” – az önérvényesítés támogatása a magánéletben és a munka világában** programjaira.

Az önismereti klub keretében megismerheti önmagát, feltérképezheti erősségeit és lehetőségeit, megerősítést kaphat abban, hogy mely kompetenciáit érdemes fejleszteni annak érdekében, hogy sikeresebb, elégedettebb lehessen önmagával, meghatározhassa reális életcélját, hatékonyabban kommunikáljon környezetével és megismerje azokat az egyszerű technikákat, amik segítenek az eredményes konfliktuskezelésben és kapcsolattartásban.

Az ÖNISMERETI KLUB TERVEZETT TÉMÁI 2015. január

2015.01.05. hétfő 15,00-17,00: Ön- és emberismeret

2015.01.12. hétfő 15,00-17,00: Hiányos önismeret

2015.01.19. hétfő 15,00-17,00: Nem-kongruens önismeret

2015.01.26. hétfő 15,00-17,00: Az önismeret feltárásában való jártasság fajtái

Minden érdeklődőt szeretettel várunk!