

OHJELMA:

- 27.9 ap Aloitussanat. Tavoitteet. Sitoutuminen. Kommunikointi (CA, JH)
ip Emotionaalinen maisema. Hengittäminen. (JH)
- 28.9 ap Omakuva parisuhteessa (LL)
ip Omakuva parisuhteessa (LL)
- 25.10 ap Omakuva parisuhteessa (LL)
ip Omakuva parisuhteessa (LL)
- 26.10 ap Tiedostettu, tiedostamaton, valinnat. Oman sisäisen lapsen kohtaaminen
sekä miten hän vaikuttaa parisuhteessani. Eri roolit - eli osapersonat. (CA)
ip Stressin negatiivisten vaikutuksien vähentäminen. Myönteisten tunteiden voima. (JH)
- 8.11 ap Tahto - tahdon eri aspektit. Eri persoonallisuudet. (CA)
ip Optimaalinen suoritus. Kuunteleminen. (JH)
- 9.11 ap Mistä tunnistan, että minua rakastetaan. Hyväksyntä edellytyksenä muutokseen. (CA)
ip Harjoituksia. Yhteenveto. (CA, JH)

Paikka Taivaskalliontie 4 Käpylä, Helsinki

Puhelin 0400 815201 Jukka Harmainen

Sähköposti info@stressivalmennus.fi

Kurssimaksu 744 €/henk. (sis. alv 24%). Sisältää kurssimateriaalin sekä aamu- ja päiväkahvit.
Ilmoittaudu puhelimitse tai sähköpostilla ja maksa varausmaksu 200€/henk. 8.9 mennessä Christel Abborren
tilille FI67 3636 3002 2000 46 ja loppusuoritus 544€/henk. samalle tilille viimeistään 15.9.

Paikkoja rajoitetusti.