

Zapisz się na bezpłatny webinar
z psychologiem Joanną Romanowską

JAK NASZE PASJE I HOBBY WPŁYWAJĄ NA NASZ DOBROSTAN PSYCHOFIZYCZNY?

13 grudnia o godzinie 10:00

Zapisz się

Serdecznie zapraszamy na webinar, który stanowi wyjątkową okazję, by przyjrzeć się bliżej roli, jaką hobby pełnią w naszym życiu oraz jak pozytywnie wpływają na nasze zdrowie i samopoczucie!

Podczas spotkania dowiesz się, czym właściwie są pasje i hobby, jak je odkryć oraz dlaczego warto poświęcić im czas. Omówimy, jak aktywności, które sprawiają nam radość, pomagają w radzeniu sobie ze stresem, zwiększają poziom energii i mogą wpływać na poprawę relacji z otoczeniem. Jeśli szukasz inspiracji do rozwijania własnych zainteresowań i chcesz dowiedzieć się, jakie korzyści mogą one przynieść i jak wesprzeć Twój work-life balance, ten webinar jest dla Ciebie!

Czas trwania bezpłatnego webinaru: 60 minut. Spotykamy już 13-ego grudnia o godzinie 10:00!

AGENDA WEBINARU

- 1 Czym są pasje i hobby?
- 2 Czy warto robić coś ponad?
- 3 Po czym poznać, co jest moją pasją?
- 4 Jak zajęcia, które lubimy, wpływają na nasze funkcjonowanie?
- 5 Q&A - zadaj dowolne pytanie w omawianym temacie.

Zapisz się

PROWADZĄCA



Joanna Romanowska

Absolwentka Psychologii w Szkole Wyższej Psychologii Społecznej w Warszawie i Pedagogiki na Uniwersytecie Mikołaja Kopernika oraz Akademii Trenera Biznesu w Wyższej Szkole Bankowej w Toruniu. Akredytowany Coach EMCC, Terapeuta Terapii Skoncentrowanej na Zachowaniach oraz Racjonalnej Terapii Zachowań.

Od kilkunastu lat pracuje jako psycholog. Przez kilka lat była wykładowcą akademickim na kierunkach Psychologia w Biznesie i Pedagogika w Wyższej Szkole Bankowej w Toruniu oraz psychologiem szkolnym w technikum. Obecnie związana mocno z life coachingiem i szkoleniami oraz pracą terapeutyczną. Jest członkiem EMCC Poland i Polskiego Towarzystwa Psychologicznego.

Specjalizuje się w szkoleniach z zakresu komunikacji interpersonalnej, inteligencji emocjonalnej, konfliktów w grupie, radzenia sobie ze stresem, zarządzania sobą w czasie. Dąży w głównej mierze do tego, aby jej klienci dogłębnie poznali samych siebie, aby byli najlepszymi ekspertami w dążeniu do swoich celów, a przez to osiągnęli swoje własne szczęście i poczucie dobrostanu. Prowadzi swoich klientów przez proces rozwoju osobistego, bazując głównie na ich zasobach, umiejętnościach i talentach.

ZOBACZ, CO JESZCZE DLA CIEBIE PRZYGOTOWALIŚMY:



Czy Twoje plany ciągle pozostają w sferze marzeń? Jeśli odpowiedź na to pytanie brzmi "tak" i jeżeli nie wiesz, jak zabrać się za ich realizację, to nasz kurs jest dla Ciebie! Razem z wykwalifikowanym psychologiem i coachem nauczysz się narzędzi, które pozwolą Ci na przejście od "marzeń" do "celów". Na zakończenie kursu będziesz już w stanie podbić osobisty wszechświat!

ROZPOCZNIJ KURS



ZAPISZ SIĘ DO NEWSLETTERA

#VANITYVIBE

Zapisz się do newslettera i odbierz bezpłatny e-book "Zdrowo, czyli jak? Jak odnaleźć się w gąszczu sprzecznych informacji?"

POWIEDZ NAM TAK!