

(adsbygoogle = window.adsbygoogle || []).push({});



Что за тренинг.

За 10 дней узнайте, как эффективно достигать целей в карьере, бизнесе, отношениях и других сферах жизни.

Автор Анастасия Ерова.

Что вошло в тренинг.

## Программа курса.

- Как избавиться от страха и тревоги, чтобы жить легко и расслаблено?
- Работаем со страхом на 3 уровнях.
- Практики, которые помогут понять, что на самом деле вы хотите.
- Тест: какой у вас тип личности и как это поможет достичь целей.
- Отморожу уши назло бабушке: как вы сами себя саботируете на пути к цели.
- Тип цели: стать хорошей или быть лучше.
- Стабильная самооценка.
- Внешняя и внутренняя уверенность в себе.
- Виды убеждений и как они влияют на нашу жизнь.
- БОНУС: 7 техник по работе с эмоциями.

Дополнительную информацию смотрите на сайте тренинга: [Узнать подробности \(перейти на страницу тренинга\)](#)

<b>&amp;nbsp;&amp;nbsp;  Карточка курса:</b>	* Название:	Как эффективно достигать целей
Автор(ы):	Ерова Анастасия	
Формат курса:	Тренинг	
Цена:	1750 руб.	
Способы доставки:	Скачиваемая версия.	
Партнерская программа:	Есть	

\*-данные карточки курса могут не соответствовать текущим данным о курсе, подробную информацию смотрите на сайте курса

**&nbsp;&nbsp;  Другие курсы автора(ов), издателя:** Ссылки на страницы автора(ов),  
Ерова Анастасия

☐☐ **Рекламный блок:** (adsbygoogle = window.adsbygoogle || []).push({});