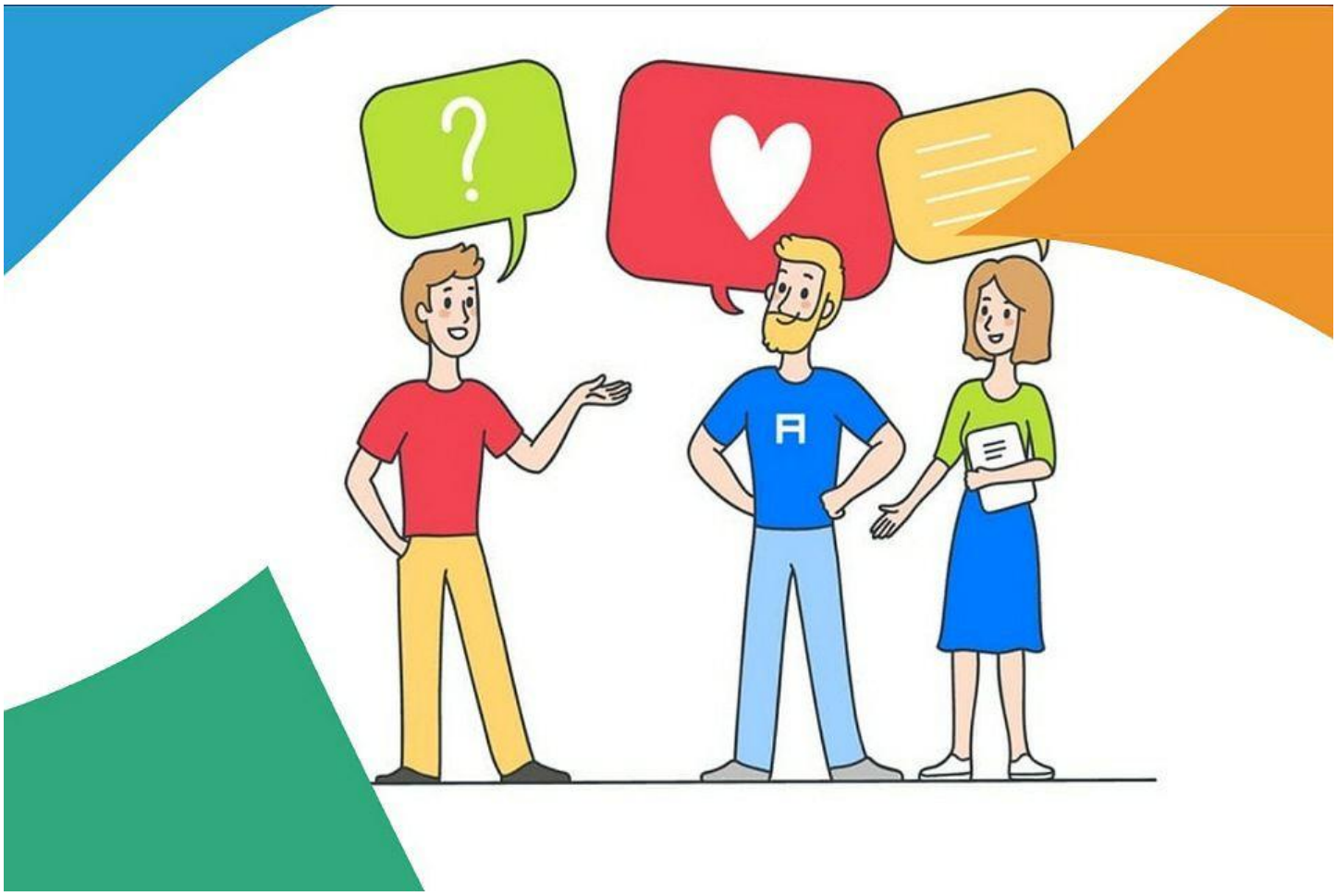
Эффективность в общении с собой и людьми



В 2019/20 учебном году запустился новый проект Школы саморазвития – курс «Эффективное общение». Это углубленный тренинг, направленный на формирование навыков лучшего понимания себя и других, выстраивания эффективных моделей общения, развития авторского отношения к своей жизни и повышения личной эффективности во взаимодействии с другими людьми.

Чтобы окунуться в атмосферу и узнать курс изнутри, предлагаем вашему вниманию отзывы участников:

Тихонкина Анастасия 1 курс, ИПМЭиТ

«Благодаря курсу я смогла начать работу по переосмыслению своих личностных качеств, страхов и способов борьбы с ними, а также поняла причины, которые могли вызывать страх. Улучшились в некоторой степени отношения с родителями. Поняла, насколько сложно устроено самопознание»

Савина Анастасия 2 курс, ГИ

«Мне нравится атмосфера занятий! На них я узнаю много нового не только о людях, которые окружают меня, но и о самой себе. Я уверена, что это не только важно для моей будущей профессии (получаю Психолого-педагогическое образование), но и важно для

меня, как человека. Я узнала много нового теоретического материала, усвоила его и применяю по отношению к себе, понимаю причины некоторых действий, поступков и собственного поведения. Я узнала больше о людях, с которыми общалась: что они чувствуют и как справляются с возникающими проблемами. Узнала о себе много нового, а также о том, какой меня видят другие, почему я иногда поступаю так или иначе. Курс научил меня прислушиваться к себе и другим»

Шарунова Алина 3 курс, ГИ

«Курс научил меня больше анализировать свои поступки и других людей, обращаться к своим эмоциям и воспоминаниям, относиться с бОльшим пониманием к людям. Занятия в группе дают мне не только информацию, но и приятную компанию, с которой объединяют общие интересы»

Тихонова Татьяна 4 курс, ИФНиТ

«Мне понравилась простая и наглядная подача материала, интересные и полезные темы занятий и хороший коллектив. Благодаря курсу я стала лучше понимать свои потребности и потребности других людей, причины их поведения. А также получила поддержку во время самоизоляции и дистанционного обучения»

С началом нового учебного года – начнется и новый курс «эффективного общения». Подписывайся на группу Школы саморазвития и не пропусти новые мероприятия: https://vk.com/selfimprovementschool

По всем вопросам обращаться к Нине Алексеевне в лс: https://vk.com/nina_matv