

Тренинг для женщин «Повышение самооценки»

Вам, наверное, знакомы случаи, когда ничем не привлекательная женщина выходит замуж за богатого красавца. А красивая и умная - страдает от одиночества.

А причина этому – уверенность в себе и своих силах.

Самооценка человека — это его **судьба**.

Никто не оценит нас выше, чем мы сами себя оценили.

Коррекция самооценки — вещь довольно непростая, но всё-таки осуществимая.

На тренинге:

- узнаете причины вашей нынешней самооценки
- сможете осознать и изменить ваше отношение к себе
- увидите связь между проблемами в вашей жизни и самооценкой.
- научитесь равнодушнее относиться к чужим (негативным) оценкам
- увидите в себе массу положительных качеств, о которых раньше не догадывались
- освоите практические способы повышения самооценки
- сможете вывести свою жизнь на более высокий уровень