

Отзыв о тренинге «Самооценка»

Тренинг понравился разнообразными техниками, обсуждениями и разноплановым подходом к вопросу.

Разобрал составляющую самооценки и возможность ее изменить. Узнал, что во многом это зависит от наших собственных убеждений и ограничений.

Занятия проходили весело, активно во взаимодействии, игра и обмен мнениями. Возможность обсудить свое состояние, обрести поддержку от группы, саморегуляцию и при необходимости

Имя Марина