



Быстрее

Выше

Умнее

Тренинг развития
навыков личной
эффективности

Личная эффективность - что это такое?

Показатель эффективности — это некое отношение достигаемых результатов и затрачиваемых усилий. Конечно, всем нам хотелось бы достигать больших результатов, при этом прилагая как можно меньше усилий. Однако, смирится — это невозможно!



Но возможно найти баланс:



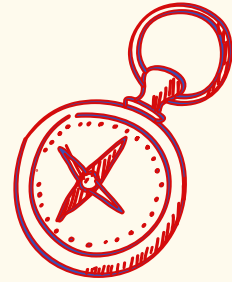
Тратить время на уроки так, чтобы его оставалось и на отдых;



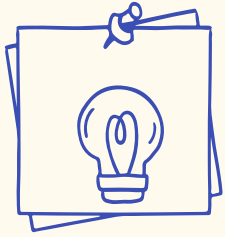
Расставлять приоритеты, чтобы всем друзьям хватало внимания;



Уметь расслабляться так, чтобы это не превращалось в лень;



Личная эффективность – звучит масштабно и серьезно. Обычно это пугает, но важно знать, что большой успех складывается из мелочей! Тогда волнений и тревог меньше.



Итак, на тренинге мы узнаем:

01

какие привычки надо сформировать, чтобы жизнь стала приносить больше радости;

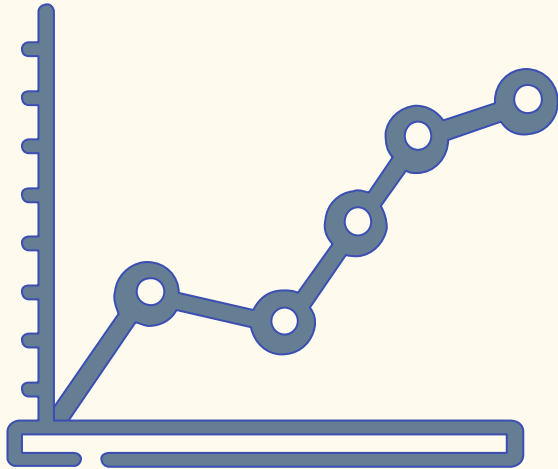
02

Разберем метод взятия малых крепостей для развития силы воли (а значит борьбы с ленью).

03

Поделимся хитростями, которые значительно облегчат нам выполнение некоторых задач.

В результате тренинга ребенок будет знать 5 первых шагов на пути к личной эффективности и умеет преодолевать лень.



Успех начинается с тебя!





Айдар Нургалиев


Тренер и психолог компании «Тимсофт».

Опыт работы с детьми более 10ти лет.

Организационные моменты:

 В этом блоке предусмотрено 6 занятий по 2 часа, с перерывом

 По окончании курса проводится собрание с родителями

 **Время:** 14:00-16:00, по субботам

 **Место:** Чистопольская, 32

Телефон для записи:
+7 (843) 599 – 50 - 49

