

Je boosheid beheersen en situaties rustig oplossen?

BOOSHEID DE BAAS



IN DEZE TRAINING WERK JE O.A. AAN:

- Inzicht in boosheid
- Vergroten van zelfvertrouwen, eigenwaarde en positief denken
- Ontspanning & ademhaling
- Diverse manieren om je boosheid te beheersen en uit te doen
- Inzicht in verschil tussen per ongeluk & expres
- Kritiek geven & ontvangen
- Compromissen sluiten & problemen oplossen

Meer informatie?

Trainer: Helen Wildeboer
Website: www.yosoyheiloo.nl
E-mail: info@yosoyheiloo.nl
Telefoon: 06 53 53 92 19

KIJK OP WWW.YOSOYHEILOO.NL
VOOR MEER INFORMATIE EN
MELD JE AAN VOOR EEN INTAKE!