

## **Πρόγραμμα Προσωπικής Ανάπτυξης 2018-2019**

**19 Σεπ. 2018**

### **Επικοινωνία- Διαχείριση συγκρούσεων**

Σε αυτήν την ενότητα θα αναγνωρίσεις τις 4 βασικές προσωπικότητες των ανθρώπων και θα μάθεις τον τρόπο να γεφυρώσεις την επικοινωνία σου μαζί τους αποφεύγοντας τις συγκρούσεις.

**24 Οκτ. 2018**

### **Ανάδειξε τον Ηγέτη μέσα σου.**

Σε αυτή την ενότητα θα αναλάβεις την ευθύνη της προσωπικής σου ευτυχίας και επιτυχίας. Θα μάθεις τα βήματα που θα σε βοηθήσουν να χτίσεις μια ηγετική προσωπικότητα.

**28 Νοε. 2018**

### **Διαχείριση Συναισθημάτων.**

Σε αυτή την ενότητα θα αποκωδικοποιήσεις τα συναισθήματα σου και θα διδαχτείς τα μηνύματα

που σου στέλνει το κάθε ένα από αυτά τα συναισθήματα προκειμένου να δράσεις άμεσα.

**5 Δεκ. 2018**

### **Ιεράρχηση Αξιών.**

Σε αυτή την ενότητα θα χτίσεις ένα ισχυρό αξιακό σύστημα που θα αποτελέσει τα θεμέλια στο οικοδόμημα της υπόλοιπης ζωής σου.

**9 Ιαν. 2019**

### **Διαχείριση Χρόνου.**

Σε αυτή την ενότητα θα μάθεις πως να είσαι αποτελεσματικός, αντί απασχολημένος. Θα διδαχτείς δύο βασικούς νόμους του Time management και θα θέσεις προτεραιότητες ώστε να διοχετεύσεις όλη σου την ενέργεια σε αυτές.

**27 Φεβρ. 2019**

### **Πεποιθήσεις: Αναγνώριση Προγραμματισμού**

Σε αυτή την ενότητα θα αναγνωρίσεις το μέγεθος του αρνητικού προγραμματισμού που έχεις υποστεί από την παιδική σου ηλικία και θα αμφισβητήσεις όλες τις αποδυναμωτικές σου πεποιθήσεις που σήμερα έχουν αρνητική επίδραση στη ζωή σου.

**6 Μαρτ. 2019**

### **Πεποιθήσεις: Αλλαγή**

Σε αυτή την ενότητα θα μάθεις την μέθοδο για να αλλάξεις όλες τις αποδυναμωτικές σου πεποιθήσεις με νέες ενδυναμωτικές πεποιθήσεις που θα αποτελέσουν σύμμαχο σου στην πορεία προς την επίτευξη των στόχων σου.

**10 Απρ. 2019**

### **Αλλαγή Συνηθειών.**

Σε αυτή την ενότητα θα αναγνωρίσεις όλες τις αρνητικές σου συνήθειες που σε απομακρύνουν από την επίτευξη των στόχων σου και θα τις αντικαταστήσεις με νέες θετικές νικώντας ταυτόχρονα την αναβλητικότητα σου.

**15 Μαΐου 2019**

**Κίνητρα, Στόχοι, Τελικό Πλάνο Δράσης.**

Σε αυτή την ενότητα θα αναγνωρίσεις το κίνητρο σου, θα ιεραρχήσεις τις προτεραιότητες σου και θα πραγματοποιήσεις ένα Πλάνο Δράσης με ξεκάθαρους στόχους και χρονοδιαγράμματα.

Εισηγητής

Δημήτρης Τσέλιος

Σύμβουλος Προσωπικής  
& Επαγγελματικής Ανάπτυξης

6977032676

[info@dimitristselios.gr](mailto:info@dimitristselios.gr)

facebook page: [Life Coaching by Dimitris Tselios](#)