



## **SZKOLENIE: Odporność, która nie wymaga bycia twardym**

2026-06-09

**Świat pędzi, AI zmienia zasady gry, a geopolityka i codzienność nie dają taryfy ulgowej. Brzmi znajomo? Jeśli czujesz zmęczenie tą ciągłą pogonią, ale brakuje Ci przestrzeni, by głośno o tym powiedzieć - to szkolenie jest właśnie dla Ciebie.**

Zapomnij o korporacyjnych sloganach z prezentacji HR i toksycznej pozytywności w stylu „dasz radę”. Szkolenie „Odporność, która nie wymaga bycia twardym” to zupełnie inne podejście do odporności psychicznej (resilience). Zamiast uczyć Cię kolejnego zaciskania zębów, które na dłuższą metę po prostu nie działa, zyskasz autentyczne i konkretne narzędzia do radzenia sobie z życiową zmianą.

### **Co zyskasz jako uczestnik?**

- **Praktyczną odporność:** Dowiesz się, jak prosperować w dynamicznym świecie bez utraty wewnętrznej harmonii.
- **Wsparcie w zmianie:** Otrzymasz konkretne strategie radzenia sobie z niepewnością w życiu zawodowym i prywatnym.
- **Rozwój samoświadomości:** Wzmocnisz swój potencjał i nauczysz się traktować wyzwania jako okazje do