

LIMPÁR IMRE* – SZAKMAI TEVÉKENYSÉGEK

MOTTÓ: „OLYAN AZ ÉLETÜNK, AMILYENNÉ GONDOLATAINK TESZIK” (MARCUS AURELIUS)

CREDO

Hiszem, mindig van másik út, hogy mindig tehetsz mást, mint, amit addig tettél. Sokkal inkább mi határozzuk meg sorsunkat, mintsem a sors irányítaná életünk alakulását.

Vallom, ha ez a belátás megszületik, csakis akkor lesz képes felszabadítani a személy azokat a külső és belső erőforrásokat, melyekkel beteljesítheti mindazt, amire hivatott; felismerve saját felelősségét, s ráébred, a változás kulcsa ezután ő maga.



ELŐADÁSOK

Időgazdálkodás

- Az idő urai – Időgazdálkodási rendszerek, tippek, trükkök, praktikák
- Mit tehetsz azért, hogy végre ne folyjon ki az idő a kezeid közül?

Célok, vízió, siker

- A siker pszichológiája
- Mi a titkos összetevő? – 10 szokás, ami közelebb visz céljaidhoz
- Én irányítom a sorsom, vagy a sors irányítja életem alakulását?
- 10 tipp a biztos bukáshoz és kudarchoz az életben

Az egyén és környezete

- Mit tegyünk az örömgylkosokkal és az energiavámpírokkal?
- Mit kezdünk az elvárásokkal?
- Tiszta lappal, avagy miként lehet újrakezdeni?

Önbizalom

- Önbizalmunk (ál)arcai
- Az önbizalomról 70 percben, avagy sosem késő azzá válni, aki lehetett volna
- A komfortzóna problematika - avagy mikor lépd át a határaidat?

Konfliktus- és stresszkezelés

- Gyózd le a lámpalázat!
- Hogy kezeld a stresszt, avagy miként lehetsz boldog a munkahelyen?

TRÉNINGEK – WORKSHOPOK

- Időgazdálkodás
- Elevator pitch
- Karriermenedzsment
- Asszertivitás
- Konfliktus- és stresszkezelés

TANÁCSADÁS – COACHING

- Karriermenedzsment
- Timecoaching
- Önbizalom-önbecsülés-önértékelés
- Mentálhigiénés szupport

LIMPÁR IMRE* – REFERENCIÁK

TRÉNERI, SZAKÉRTŐI FELADATOK



OKTATÁSI TEVÉKENYSÉG



ÁLLANDÓ PUBLIKÁCIÓK



MÉDIA-MEGJELENÉSEK



TOVÁBBI EGYÜTTMŰKÖDÉSEK

