

Διεύθυνση: Αριστείδου 3, Μαρούσι, 15122; Τηλ: 210 6128950; e-mail: info@recbt.gr

ΛΙΣΤΑ ΒΙΩΜΑΤΙΚΩΝ ΣΕΜΙΝΑΡΙΩΝ

- **14 Ιανουαρίου, 2023:** Βιωματικό σεμινάριο με τίτλο: **«Αυτο-αποδοχή: Πώς να βρεις την αυτοπεποίθησή σου & να μην την χάσεις ποτέ!»**
- **11 Φεβρουαρίου, 2023:** Βιωματικό σεμινάριο με τίτλο: **«Ρομαντικές Σχέσεις: Πώς να καταφέρεις να βρεις & να διατηρήσεις μια βαθιά ουσιαστική σύνδεση!»**
- **25 Φεβρουαρίου, 2023:** Βιωματικό σεμινάριο με τίτλο: **«Διαχείριση Θυμού: Μάθε να ελέγχεις το θυμό σου πριν σε ελέγχει αυτός!»**
- **18 Μαρτίου, 2023:** Βιωματικό σεμινάριο με τίτλο: **«Διεκδικητική Επικοινωνία & Συμπεριφορά: Πως να θέτεις όρια και να ζητάς αυτό που θέλεις αποτελεσματικά!»**
- **1 Απριλίου, 2023:** Βιωματικό σεμινάριο με τίτλο: **«Κοινωνικό Άγχος: Πώς να βελτιώσεις & να διευρύνεις τις κοινωνικές σου δεξιότητες»**
- **8 Απριλίου, 2023:** Βιωματικό σεμινάριο με τίτλο: **«Στρες & Άγχος: Πώς να απελευθερωθείς και να μην αγχώεσαι για τίποτα!»**
- **6 Μαΐου, 2023:** Βιωματικό σεμινάριο με τίτλο: **«Άγχος Σχολικών Εξετάσεων: Πώς να απελευθερωθείς από το μη παραγωγικό άγχος!»**

Για δηλώσεις συμμετοχής μπορείτε να καλέσετε στο 210 6128950 ή να στείλετε ηλεκτρονικό μήνυμα στο info@recbt.gr. Οι δηλώσεις συμμετοχής πρέπει να γίνονται τουλάχιστον μια (1) εβδομάδα πριν τη διεξαγωγή του Βιωματικού Σεμιναρίου. Θα τηρηθεί σειρά προτεραιότητας. Υπάρχει δυνατότητα διεξαγωγής των βιωματικών σεμιναρίων και στα αγγλικά.

Όλα τα σεμινάρια πραγματοποιούνται στο Ελληνικό Ινστιτούτο Λογικοθυμικής & Γνωσιακής-Συμπεριφορικής Θεραπείας, Περικλέους 1, Μαρούσι (πλησίον στάσης Ηλεκτρικού Μαρούσι) και διαρκούν από τις 10:00 έως τις 17:00.

Οι εγγραφές γίνονται μισή ώρα πριν την έναρξη του σεμιναρίου. Σας ενημερώνουμε ότι υπάρχει πιθανότητα μικρών αλλαγών στο πρόγραμμα των βιωματικών σεμιναρίων.

Εισηγήτριες: Δρ. Χρυσούλα Κωστογιάννη & Δρ. Άννα-Μαρία Πλέσσα

Κόστος Συμμετοχής: 200 Ευρώ