



## SZKOLENIE: Odporność, która nie wymaga bycia twardym

2026-06-02

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”. Warsztat „**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