

Программа онлайн-семинара

Управление ресурсными состояниями, раскрытие скрытых возможностей человека

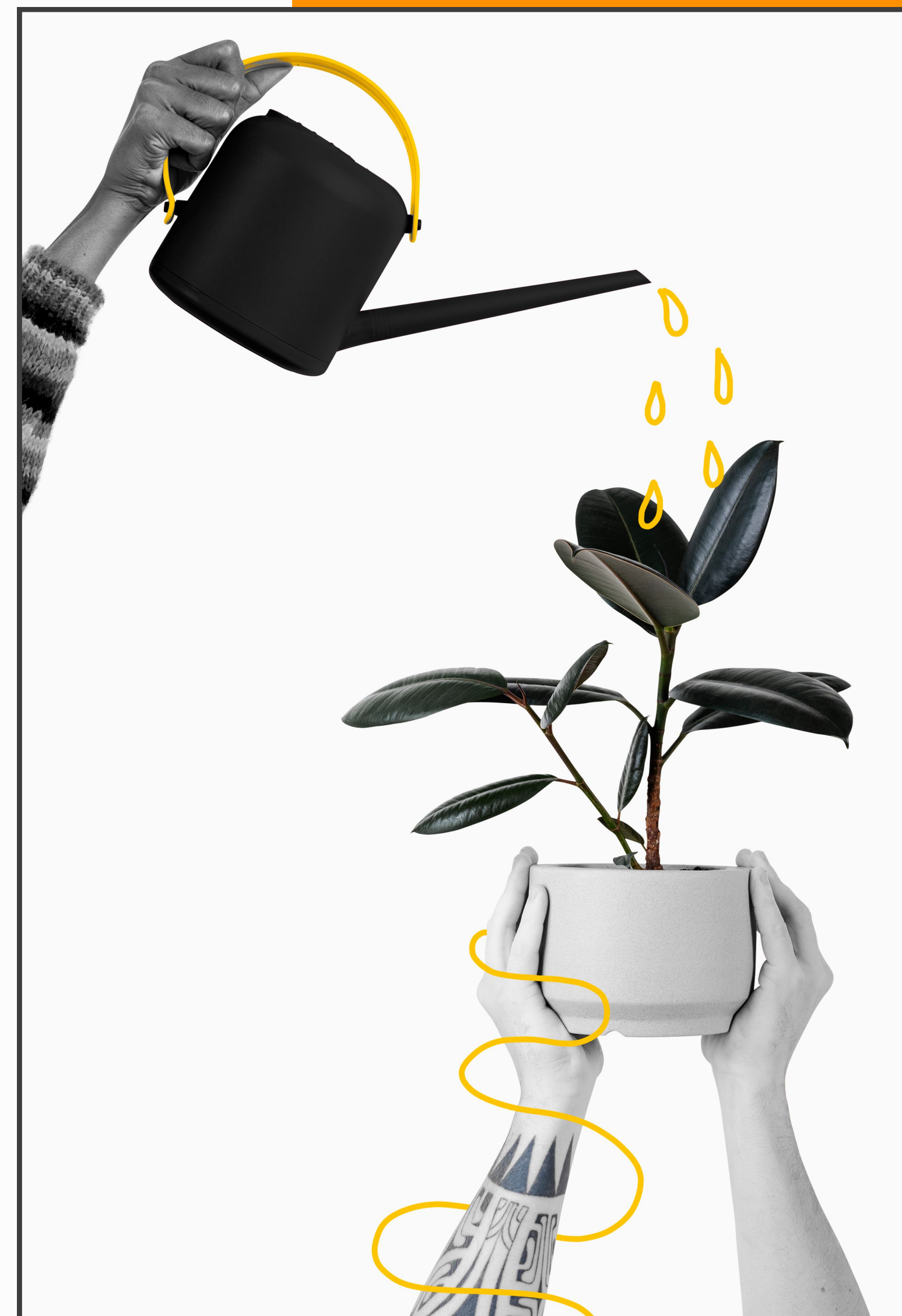
Наумова Евгения

Клинический психолог, патопсихолог, кризисный
психолог, кандидат педагогических наук

30 АПРЕЛЯ 2025 ГОДА С 17:00 ДО 18:30 (МСК)

Для кого семинар

Для всех, кто заинтересован в саморазвитии,
кто стремится к личностному
и профессиональному росту через
эффективное управление своими ресурсами.



Цель

Обогащение и углубление знаний в сфере формирования ресурсных состояний и понимание путей развития скрытых возможностей человека.

Практическая значимость

На семинаре будут разобраны практические инструменты управления ресурсными состояниями.



Актуальность темы

В современном мире, в котором идет перегруженность информацией и переменами, управление ресурсными состояниями — это новая грамотность. Познавая ресурсные состояния, человек получает возможность полноценно жить и добиваться поставленных целей, более продуктивно выполнять профессиональную деятельность и вести благополучный образ жизни.

В настоящее время наш внутренний ресурс, как и финансовое состояние, нуждается в «заработке» и постоянном накоплении. Поэтому актуальность выбора данной темы очевиден.



Наумова Евгения Михайловна

Клинический психолог, патопсихолог, кризисный психолог, кандидат педагогических наук

- патопсихолог;
- кризисный психолог;
- преподаватель в колледже экономических международных связей г. Москва.

Краткое содержание семинара

1. Приветствие. Представление — 2 минуты
2. Понятие «ресурсные состояния» — 3 минуты
3. «Что значит управлять ресурсными состояниями?» — 5 минут
4. Ресурсы современного человека. Дополнительные ресурсы, на которые не обращают внимания... — 10 минут
5. Пути развития скрытых возможностей — 15 минут
6. Тормозы развития скрытых возможностей — 15 минут
7. Как войти или вернуться в ресурсное состояние? — 5 минут
8. Техники поддержания ресурсных состояний — 15 минут
9. Развитие трех сил. Упражнения трех сил — 10 минут
10. Выводы. Определенные состояния.
Ответы на вопросы. — 10 минут

Продолжительность ~90 минут



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

[INFOUROK.RU/KURSY](https://infourok.ru/kursy) | [INFOUROK.RU/MEROPRIYATIYA](https://infourok.ru/meropriyatiya)