

KDO NEBO CO NÁS VLASTNĚ ŘÍDÍ?

PŘEDNÁŠKA S WORKSHOPEM JAK OSLABIT SVÉ VNITŘNÍ SABOTÉRY

Naše mysl nás chce chránit.

Jenže někdy nás **brzdí**, místo aby nám pomáhala.

Přijďte **nahlédnout na své možné
vnitřní sabotéry**

a naučte se s nimi pracovat vědoměji,
s **větším nadhledem a lehkostí**.



Dagmar
DREISEITLOVÁ
ICF ACC koučka
osobního rozvoje



CO VÁS ČEKÁ?

- ✓ Seznámíte se s konceptem vnitřních sabotérů a jejich vlivem na každodenní život.
- ✓ Zjistíte, co vám nejčastěji stojí v cestě a jaké myšlenky vás mohou brzdit.
- ✓ Vyzkoušíte si praktické techniky, jak se sabotéry pracovat.
- ✓ Posílíte schopnost reagovat vědoměji a s větším nadhledem.



KDY?

30. 9. 2026
16:30



KDE?

Moravskoslezská
vědecká knihovna v Ostravě
makerspace dílna,
levé křídlo, Nová radnice



DÉLKA PROGRAMU

cca 1,5–2 hodiny

KONTAKT

Dagmar Dreiseitlová
 606 700 685
 info@koucovanije.cz
 www.koucovanije.cz



Poznejte své myšlení.

Změňte své reakce.

Změňte svůj život.



MORAVSKOSLEZSKÁ
VĚDECKÁ KNIHOVNA
V OSTRAVĚ



studentcentrum@msvk.cz



www.msvk.cz