

KOMPAS NA DOBRE ŻYCIE

Jak zwiększyć dywidendę z codziennych doświadczeń?

SPOTKANIE INSPIRACYJNE SZYMONA KUDŁY DLA DUŻYCH GRUP

Optymistyczna i poruszająca podróż w kierunku wartościowego życia (i pracy!). Poznaj wyniki wyjątkowych badań, takich jak Harvard Study of Adult Development (trwających 80 lat) oraz World Regret Survey (niemal 30 tys. respondentów w ponad 100 krajach) – i przetóż wnioski z tych badań na codzienne decyzje. Cóż, często bierzemy udział we właściwej grze, ale niewłaściwie w nią gramy. Każdy z nas może przejechać się na życiowym rollercoasterze tylko raz, więc codziennie myślimy, żyjemy i pracujemy w ten sposób, żeby ta przejażdżka była jak najbardziej satysfakcjonująca – dla nas samych oraz dla ludzi, z którymi przebywamy. **Idealne dla:** organizacji, które chcą zadbać o poczucie szczęścia, spełnienia oraz frajdy wśród pracowników.

- **MĄDROŚĆ SENIORA.** Czego możemy nauczyć się od starszych osób, które rozpamiętują najważniejsze wydarzenia w swoim życiu? Gdyby mogli przeżyć swoje życie jeszcze raz: co zrobiliby inaczej? Co każdy z badanych seniorów powiedziałby sobie młodemu?
- **CEL: MAKSYMALIZOWANIE CODZIENNYCH DOŚWIADCZEŃ.** Dlaczego inwestowanie czasu i kasy w „przeżywkę” i doświadczenia uszczęśliwia nas bardziej, niż wydawanie pieniędzy na przedmioty? Jak sprawić, żeby codzienne doświadczenia generowały dla Ciebie dywidendę wspomnień przez wiele kolejnych lat?
- **DOŁĄDUJ SALDO.** Jak żyć (i pracować) lepiej i zdrowiej? W jaki sposób możesz codziennie kontrolować i zasilać swoje saldo relacyjne, zdrowotne, moralne, finansowe oraz tzw. bilans dostępnego czasu?
- **UNIKAJ DRÓG NA SKRÓTY.** Jakie nieoczywiste pułapki są zagrożeniem dla szczęścia i poczucia spełnienia? W jakich sytuacjach przepalamy nasz czas, zdrowie i finanse? Na czym polega pułapka dopaminowa oraz iluzja „jeszcze tylko”?
- **PODĄŻAJ ZA KOMPASEM.** Jak chcesz wspominać ten moment swojego życia oraz kariery za 50 lat? Jak docenić fakt, że na co dzień mamy stabilną bazę, jesteśmy otoczeni inspirującymi ludźmi, robimy ciekawe rzeczy i żyjemy w fajnym miejscu na ziemi?



Agencja Mówców PROKOP STUDIO

Jaśminowy Stok 19A
80-177 Gdańsk

info@prokopstudio.pl, +48 884 900 727



Centrum Szkoleniowe JET

ul. Kopińska 31
02-327 Warszawa

centrum@csjet.pl, +48 22 822 25 31