



## EQ-tréning



## Önismereti szint

- Ha szeretnéd az érzésekben kavargó energia természetét megismerni;
- Ha szeretnéd saját érzéseid természetrajzát megismerni;
- Ha szeretnéd a félelem és gyűlölet érzéseinek átformálását elsajátítani...

80 órás kurzus  
ára: 70 eFt

***Akkor szeretettel hívunk-várunk!***

### A tréningek időpontjai:

2022. november– 2023. június

szerdánként 17-20 óráig

A tréning-alkalmak helyszíne:

1063 Budapest, Bajnok utca 25.

Üdvhadsereg Új Kezdet Háza

Az EQ-tréning koordinátora:

Tóth Edina

Telefonszáma: +3620 263 0270

Email-címe: edina.toth@udvhadsereg.hu

Az EQ-tréning trénera:

Dr.habil. Hecker-Réz Robert

Telefonszáma: +3620 9888 133

Email-címe:

robertfriedrichhecker@gmail.com

Jelentkezési határidő: 2022.október 28.

Számlaszám:

10400085-50494954-56521027

#### 2022:

November 2.

November 16.

November 30.

December 14.

#### 2023:

Január 11.

Január 25.

Február 08.

Február 22.

Március 08.

Március 22.

Április 05.

Április 19.

Május 03.

Május 17.

Május 31.



## EQ-tréning

### fontos tudnivalók

- A tréning-csoport zárt: új résztvevőket közben nem fogad;
- A tréning-csoport bizalmas: titoktartási nyilatkozattal védjük a résztvevők magánéletének én-közléseit;
- A tréning-csoport folyamatosan építkezik: ennek érdekében maximum 2 hiányzás fogadható el...

előleg díja: 20  
eFt

### *Fejleszd magad, hogy épüljön világod!*

Az előleget a jelentkezéssel egyidőben kell befizetni, a fennmaradó összeget november 29-ig

A tréning egy nyári 3 napos záró-tréninggel fejeződik be melynek napi blokkjai 6 órák (3 óra délelőtt, 3 óra délután)

Az EQ-tréning koordinátora a résztvevők kapcsolattartója, szervezési kérdésekkel hozzá kell fordulni. A tréningen co-trénerként vesz részt.

Az EQ-tréning tréneré dolgozta ki az EQ-tréning tartalmát és módszertanát, melynek kutatási programja 2012 óta folyamatosan épül.

A jelentkezők egy akkreditált felnőttképzési rendszerben vesznek részt, vagyis a tréning elvégzése után egy államilag elismert tanúsítványt kapnak.

### Ízelítő a tréningek témáiból:

- **A reménység érzelmi töltésének csoportformáló ereje**  
(Feldolgozandó: 18-20. oldal)
- **A tudatosan föl vállalt eszköztelenség és kifosztottság érzelmi töltésének csoportformáló ereje**  
(Feldolgozandó: 20-23. oldal)
- **A csoportnorma által kikényszerített jó és rossz érzelmi töltésének feloldódása az inspirált csoportban**  
(Feldolgozandó: 32-46. oldal)
- **Az élmény, mint a csoportban szerzett ismeret érzelmi töltésének mozgatórugója**  
(Feldolgozandó: 47-54. oldal)
- **A csoport célja az érzelmi szabadság érzelmi töltésének megtapasztalása és megerősítése**  
(Feldolgozandó: 55-61. oldal)

A tematikában kiírt oldalszámok a kötelező irodalomként előírt kötetemre vonatkoznak, melynek címe: Az érzelmi intelligencia természetrajza, fejlesztésének módszertana. A kötet a tréning előtt megvásárolható, ára 5.100 Ft.