**Действовать здесь и сейчас**

В Каменск-Уральском центре занятости состоялся тренинг для широкого круга лиц «Прокрастинация: как не откладывать важные дела?».

Прокрастинация - склонность к постоянному откладыванию даже важных и срочных дел, приводящая к жизненным проблемам и болезненным психологическим эффектам.

Участники тренинга познакомились с методами преодоления этого состояния и научились:

* Выявлять мотивацию для достижений задуманного
* Ставить четкие цели
* Правильно формулировать свои желания и предпочтения
* Генерировать энергию для завершения дел

В результате поиск работы стал более эффективным, направленным на определённую профессию, соответствующую потребностям и возможностям безработных.

Тренинг прошел интересно и продуктивно.

Приглашаем всех желающих на наши мероприятия, следите за анонсами.

