

Узнаете

- Что должен знать человек новой эпохи
- Как быть эффективным в изменяющемся мире
- Что такое антихрупкость и жизнестойкость
- Роль социального интеллекта в турбулентной среде
- О сути трансформационных изменений: из гусеницы в бабочку

Научитесь

Регулировать своё состояние: психическое, эмоциональное, физическое

Принимать решения в контексте турбулентности

Вырабатывать и использовать приёмы для преодоления стресса

Использовать стресс, как источник перемен и развития