

ערב בוגרים 21 במרץ 2007

"שקט נפשי – חיים ללא כעס"

ד"ר יוסי שלו – יועץ ארגוני בכיר עם התמחות בפיתוח משאבי אנוש, לימד אותנו כיצד להגיד לא לכעס, באמצעות כלים ועצות המתובלות בדוגמאות מדברי חז"ל, תהילים, תורת הזן, מן הבודהיזם והפסיכולוגיה.

יוסי הסביר כיצד להימנע מרגשות שליליים של שנאה, תסכול ועלבון, איך לפתח הערכה עצמית גבוהה, לקחת אחריות ועוד עצות טובות איך להירגע ולחשוב כדי שהמוח יוכל לפעול ולא הרגש.

הרצאתו המשלבת ידע נרחב חוכמת חיים והומור רב השאירה בנו רושם רב.

מי אנחנו

פעילויות

סיפורו של בוגר

הרשמה ועידכון פרטים

הודעות ועידכונים

הצעות עבודה

קרן הבוגרים

מזכרות

האוניברסיטה בתמונות

פרסומים

כתבו לנו

דף הבית



ENGLISH