

# 9 BASIC POWERS OF SELF LEADERSHIP

**MINDFULNESS** in Leading Yourself to High Performance

Are you **MINDFUL** enough?

Dalam keseharian, kita sering terjebak dalam rutinitas dan tidak menyadari apa yang PERLU dilakukan agar lebih optimal lagi.

**MINDFULNESS** mengajak kita untuk membangun kesadaran 'here & now' dan memberdayakan kembali kemampuan alamiah kita agar lebih berprestasi.



**Wahyudi Akbar**

Leadership Coach  
NS-NLP Trainer

**9 - 10 Desember 2017**  
09.00-17.00  
@Rumah METAMIND

**Info & Registrasi:**

P.: 0812 8724 3881 (Indah)  
E.: info@meta-mind.com

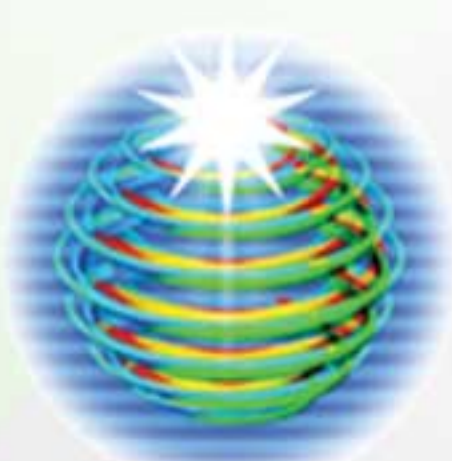
**PROGRAM INI MEMBAHAS TENTANG:**

- Membangun kesadaran diri (**MINDFULNESS**).
- Hubungan mindfulness dengan manajemen diri.
- Bagaimana agar tidak mudah hanyut oleh keadaan.
- Beda self-esteem dengan self-confidence.
- Cerdas mengelola emosi.

**INVESTASI:**

**Rp 3.000.000,-**

Special discount untuk early bird dan alumni.



**METAMIND**  
Training Coaching Institute

**PT. METAMIND Tata Cendekia**

Grand Slipi Tower, Jl. Letjen. S. Parman Kav. 22-24, 37 Floor, Slipi. Jakarta 11480, Indonesia

P. : (+62) 021 290 222 29 | M. : 0812 8724 3881 | F. : (+62) 021 290 222 30

W. : www.meta-mind.com | E. : info@meta-mind.com