

Zapraszamy do udziału w wakacyjnych warsztatach rozwoju osobowości:

KOMPETENCJE EMOCJONALNE

Miejsce i termin: Zakopane, 23-25 sierpnia 2010r.

Przyjazd 22.08.2010r na kolację, wyjazd 25.08.2010r po obiedzie.

Szkolenie odbędzie się w Pensjonacie Antałówka ***



Szkolenie skierowane jest

Do menadżerów, pracowników wszystkich komórek organizacyjnych w przedsiębiorstwie oraz wszystkich osób zainteresowanych rozwojem swoich kompetencji interpersonalnych.

Celem szkolenia jest

- wzrost zaufania do siebie i innych - wzmocnienie pewności siebie, pogłębienie relacji osobistych ze współpracownikami i klientami,
- zrozumienie własnej słabości i wprowadzenie satysfakcjonujących zmian osobistych i zawodowych
- utrwalenie konstruktywnej komunikacji ze współpracownikami i klientami,
- utrwalenie umiejętności zarządzania sobą i innymi,
- realizacja technik redukujących negatywne emocje
- uwewnętrznienie motywacji do wprowadzenia satysfakcjonujących zmian osobistych (podjęcie konkretnych działań)

Program szkolenia

1. Inteligencja emocjonalna - gwarancja zaufania do siebie samego.



2. Cztery najważniejsze zasady budowania pewności siebie;:

- umiejętność korzystania ze zdolności,
- odkrywanie swojej wewnętrznej oryginalności - praca - co dalej?,
- dążenie do doskonałości.

3. Ćwiczenia pomagające budować pewność siebie - praca nad swoimi myślami;

- nowy obraz własnej osoby,
- uwolnienie od cudzych oczekiwań jako droga do niezależności
- pokonywanie postaw nie sprzyjających pewności siebie nieporozumienia wokół ludzkiego ciała,
- niezasłużone poczucie winy o znaczenie przyjaźni,
- pewność siebie bez samouwielbienia.

0. Twórczość (kreatywność) na co dzień. Jak wyjść ze stereotypów zachowania, które paraliżuje aktywność własną

Ćwiczenia pomagające żyć twórczo w sytuacji zawodowej;

- początek drogi,
- patrz - pytaj - słuchaj,
- nie oceniaj pochopnie,
- bądź oryginalny,
- skup się na zadaniu,
- wykorzystuj okazje do zmian,
- nie rozpamiętuj - działaj,
- koniec drogi?

4. Jak nauczyć się zachowań asertywnych?

- asertywna odmowa,
- asertywna konfrontacja przekonań - asertywne reagowanie na krytykę obrona przed atakiem werbalnym,
- obrona przed powtarzającymi się zachowaniami inwazyjnymi asertywne wyrażanie oczekiwań,
- asertywne wyrażanie krytyki.

4. Konstruktywna komunikacja werbalna.

- rola słuchania w pozyskiwaniu życzliwości słuchacza,
 - aktywne słuchanie,

- użyteczne procedury słowne,
- zjawisko „pierwszeństwa” i efekt „świeżości” w przekazywaniu informacji,
- efektywny nadawca komunikatu
- odbiorca informacji i jego rola w procesie porozumiewania się o werbalne techniki przełamywania nieufności słuchacza
 - argumenty centralne,
 - argumenty peryferyjne,
- jak reagować na przykładowe reakcje słuchacza: lekceważenie rozmówcy, brak zainteresowania przekazywaną informacją, złą opinią, na temat firmy lub osoby.

. Niewerbalne komunikaty interakcyjne.

Ćwiczenia pogłębiające umiejętności w zakresie komunikacji niewerbalnej;

- gdy mówi ciało,
- ciało nie kłamie,
- choroba jest „językiem duszy”,
- zbyt duże wymagania i niepowodzenie o jak zrozumieć język ciała?

. Jak oprzeć się presji i manipulacji w kontaktach zawodowych

- asertywna odmowa,
- „zdarta płyta”,
- zamiana oceny na opinię,
- poszukiwanie krytyki i uprzedzanie krytyki o stawianie granic,
- techniki zdobywania sympatii.

. Zasady skutecznego przekazywania informacji;

- budowanie własnego autorytetu,
- język gestów i język argumentów - sposoby argumentowania, wyrażania akceptacji, prezentowania niezgody,
- „dopasowanie” i „odzwierciedlanie” - techniki „przyciągające” rozmówcę - umiejętne komunikowanie własnych emocji.

Temat i program szkolenia chroniony prawem autorskim.

Metodyka zajęć

Zajęcia prowadzone są metodą interaktywną i mają charakter warsztatowy, gdzie wykorzystywane są następujące narzędzia dydaktyczne:



- * ćwiczenia indywidualne,
- * ćwiczenia zespołowe i grupowe
- * symulacje sytuacji
- * mini-wykłady,
- * dyskusja moderowana.
- * analiza przypadków

Prowadzący

Doktor nauk humanistycznych, psycholog, licencjonowany trener- Certified Practitioner of Art of Neuro-Linguistic Programming in Poland, członek PTP (Polskiego Towarzystwa Psychologicznego). Ceniony trener, od 14 lat prowadzi zajęcia na renomowanych wyższych uczelniach oraz szkoli kadrę kierowniczą i pracowników wielu znanych firm w Polsce oraz koncernów międzynarodowych. Konsultant biznesowy, autor projektów doradczo-szkoleniowych dla firm min. opracowania i wdrożenia „Systemu komunikacji wewnętrznej”, „Systemu ocen pracowniczych”, „Badania zadowolenia pracowników” dla dużych banków. Specjalizuje się w prowadzeniu szkoleń dla osób dorosłych z zakresu umiejętności psychospołecznych. Stały współpracownik Masters CSB, wysoko oceniany przez uczestników naszych szkoleń.

Organizacja

Koszt uczestnictwa: 1760 zł,

Cena obejmuje:

Pobyty od 22.08.2010r (kolacja) do 25.08.2010r (obiad).

- zakwaterowanie w pokojach 2-os.
- do pok. 1-os. dopłata 300 zł (ograniczona ilość)
- pełne wyżywienie
- materiały szkoleniowe
- certyfikat ukończenia szkolenia
- przerwy kawowe
- imprezę integracyjną w karczmie góralskiej
- wycieczkę z przewodnikiem
- bezpłatne korzystanie z AQUA PARKU

Uwaga: Istnieje możliwość pobytu z osobą towarzyszącą (lub całą rodziną), cena od 270zł za osobę (3 dni - zakwaterowanie ze śniadaniem)



- Zgłoszenia prosimy przesyłać faxem/pocztą z podpisem i pieczętką osoby decyzyjnej.
- Zgłoszenie przesłane e-mailem ma formę wstępnej rezerwacji
- Potwierdzenie i rachunek wysyłamy zgłoszonym uczestnikom 7 dni przed szkoleniem
- W przypadku rezygnacji z udziału w szkoleniu-zwrotu całości kwoty dokonujemy na podstawie pisemnej lub telefonicznej informacji do 10 dni przed szkoleniem
- **Uwaga:** organizator zastrzega sobie prawo zmiany pensjonatu na równorzędny standardem

DODATKOWE INFORMACJE

MASTERS CSB, ul. Strażacka 8/90, Lublin
fax: (81) 532 50 62, tel: (81) 534 13 01, 533 31 39
www.szkoleniamasters.pl