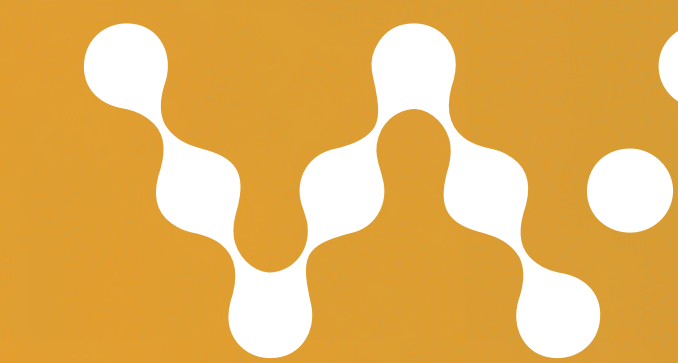
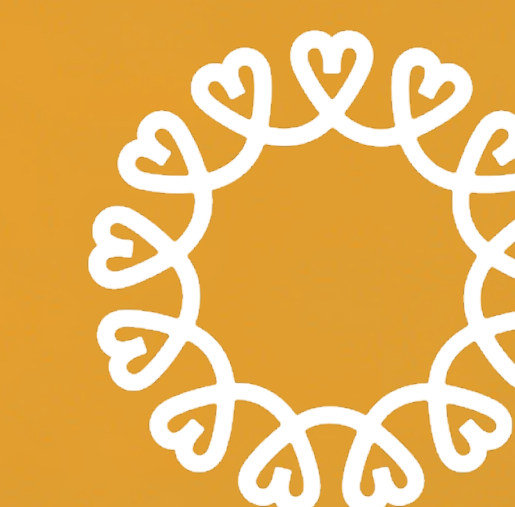


PROGRAM SZKOLENIOWY – ŚCIEŻKA ROZWOJU

siedem kompetencji harmonijnego lidera



Wellbeing
Institute



oddechowo



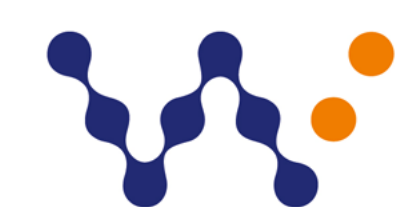
#pozytywnywplyw

Ogólne założenia

Szkolenie buduje świadomość i inspiruje do poszukiwania rozwiązań



oddechowo



Wellbeing
Institute

Główne zagadnienia szkolenia

- Kluczowe kompetencje menedżera konieczne do uzyskania harmonii osobistej oraz całego zespołu
- Wywieranie pozytywnego wpływu celem podniesienia efektywności osobistej i zespołowej

Odporność psychiczna, wellbeing oraz **budowanie rezyliencji osobistej i zespołowej** oraz umiejętności, które za tym stoją są dziś istotnymi elementami rozwoju organizacji.

Warsztaty pozwalają zauważyć i zrozumieć jakie umiejętności i postawy **wspierają menedżera w utrzymaniu jego potencjału oraz efektywności zespołu**

poprzez podnoszenie i utrzymanie wysokiego poziomu wellbeingu.

Proces szkoleniowy został skonstruowany tak, aby przyczynić się do faktycznego **wzrostu umiejętności** jego uczestników.

#pozytywnywplyw

Kluczowe korzyści

Wsparcie w rozwoju elastyczności i skuteczności działań na poziomie osobistym, zespołowym oraz liderским



oddechowo



Wellbeing
Institute

Kluczowe korzyści uczestników

- Poznanie zasad zarządzania osobistą energią, **odpornością** psychiczną i **efektywnością**
- Poznanie **praktycznych narzędzi** do dbania o swój wysoki poziom dobrostanu oraz o wysoką energię zespołu.
- Wzrost własnej efektywności dzięki zapoznaniu się z własnymi **mocnymi stronami i obszarami rozwojowymi**
- **Wzrost kompetencji pracy zespołowej** dzięki bardzo aktywnej formie szkolenia i uczeniu się przez doświadczanie: praca w parach, grupach, gry szkoleniowe.

Kluczowe korzyści dla organizacji

- **Wzrost kluczowych kompetencji menedżerów**, które kształtują leaderskie postawy oraz wpływają na efektywność zespołu
- **Wzrost efektywności menedżerów**, dzięki wzmocnieniu umiejętności z obszaru zarządzania własną energią oraz energią zespołu

#pozytywnywplyw

Główne zagadnienia szkoleniowe

Wzmocnienie faktycznych umiejętności, które pozwalają na wzrost efektywności osobistej oraz zarządzania zespołem


oddechowo


Wellbeing Institute

Regulacja emocjonalna

Samoregulacja, zarządzanie własną energią, radzenie sobie ze stresem

Pozytywny mindset

Pozytywność i optymizm, wspierające przekonania

Poczucie sprawczości

Wiara we własne możliwości, efektywność w dążeniu do celu

Spójność lidera

Tożsamość lidera, świadoma kompetencja

Elastyczne podejście

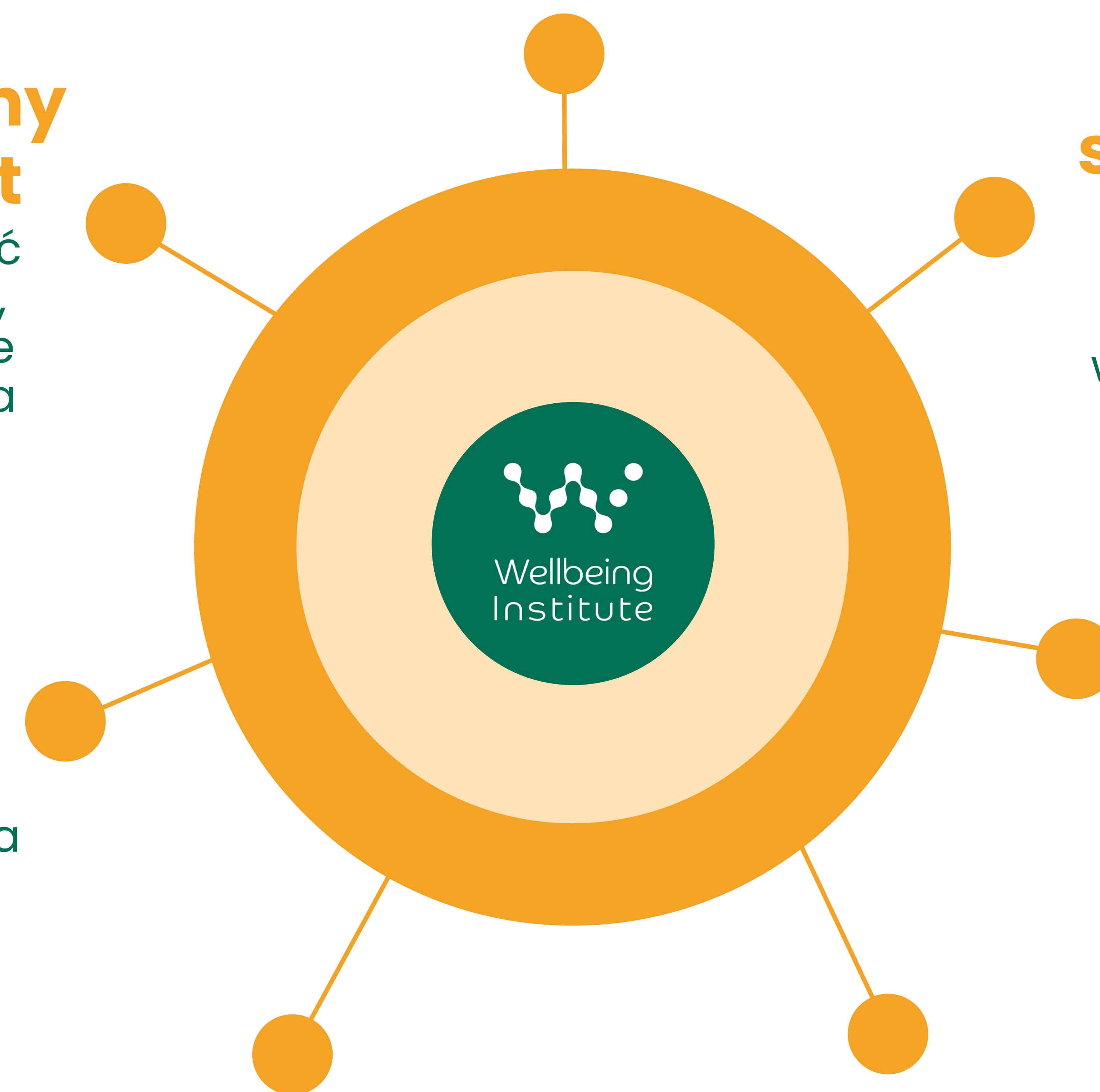
Otwartość na doświadczenia, zarządzanie zmianą, nastawienie na rozwiązania

Empowerment

Docenianie i wzmacnianie, praca z poczuciem sensu

Budowanie relacji

Empatia i asertywność, zaufanie, docenianie różnorodności

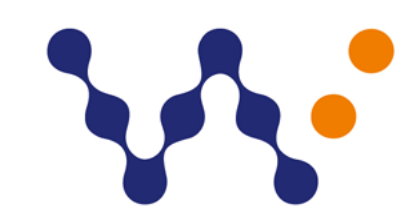


Odpowiednia metoda i przestrzeń do rozwoju

Zgodnie z holistycznym
podejściem odpowiednia
przeźreź zapewnia
większą efektywność pracy



oddechowo



Wellbeing
Institute

Metoda szkolenia

Szkolenie wykorzystuje przede wszystkim **podejście procesowe**, zapraszanie uczestników do doświadczenia, dyskusję moderowaną oraz pracę indywidualną.

Podejście procesowe umożliwia:

- Poszerzanie świadomości
- Trening umiejętności
- Wsparcie wiedzą
- Pracę na postawach i przekonaniach

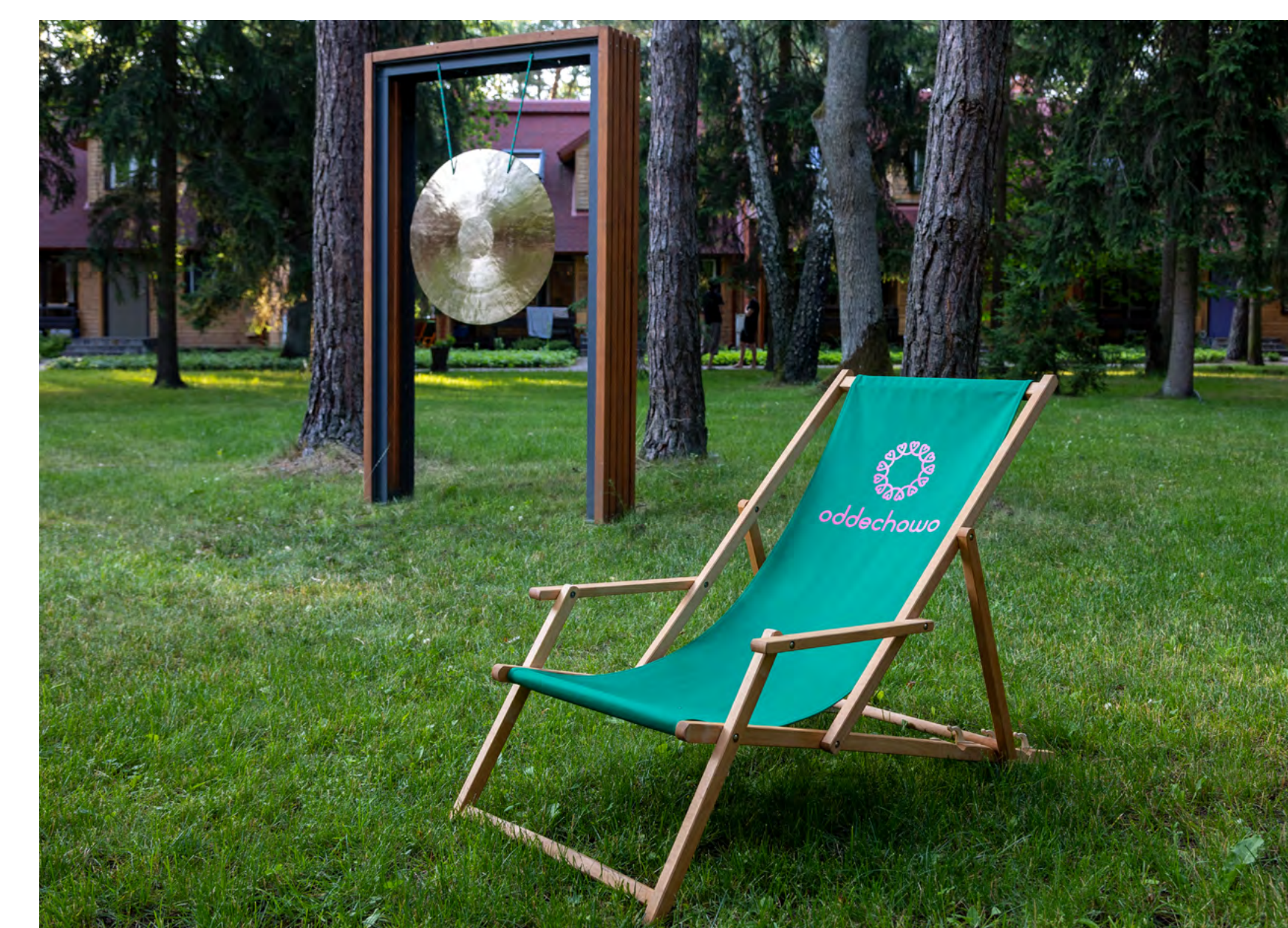
Dzięki ułożeniu programu w proces **uczestnicy są w stanie wyjść z efektami poza salę szkoleniową**, wykorzystać wiedzę na co dzień w praktyce. Warsztat prowadzony metodologią skoncentrowaną na ciągłej aktywności uczestników. Trener przede wszystkim zapraszam do ćwiczeń, pracy w grupach i parach, co w przypadku rozwoju

wellbeingowych kompetencji jest kluczowe. **Każda metoda zostanie przez uczestników przepraktwowana i każda poddana analizie i omówieniu na meta poziomie**, dzięki czemu uczestnicy nie tylko zrozumieją jej działanie, ale będą mogli od razu się tego nauczyć i zobaczyć efekty jej działania.

#pozytywnywplyw

Miejsce szkolenia - Oddechowo

Formuła szkolenia została wsparta odpowiednią przestrzenią, w bliskości z naturą, odpowiednio przygotowanym miejscem oraz dopasowaną dietą, aby uczestnicy szkolenia mogli w sprzyjających warunkach rozwijać swoje umiejętności.



Kontakt

Agata Pelc

Opiekun merytoryczny

agata.pelc@wellbeinginstitute.com.pl

Rafael Molski

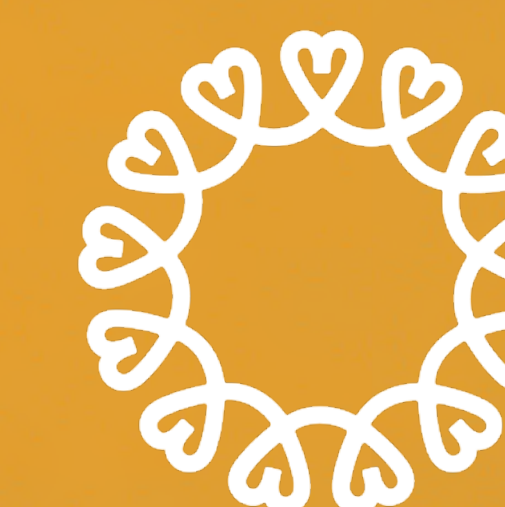
Manager ds. Rozwoju i Sprzedaży Projektów Wellbeing

tel: 609 087 350

rafael@oddechowo.pl



Wellbeing
Institute



oddechowo

#pozytywnywplyw