



OFERTA SZKOLENIA

**WARSZTAT SKUTECZNEGO
DZIAŁANIA**

14 – 15 październik 2019, Katowice

**Centrum Szkoleniowe
Poczty Polskiej S.A.**

■ Opis i cele szkolenia

Zapraszamy do udziału w warsztacie skutecznego działania, dzięki któremu:

- poznasz zasady efektywnej i zrozumiałej komunikacji, dającej długofalowe korzyści;
- rozwiniiesz umiejętność komunikowania zadań;
- poznasz strukturę „dobrego nawyku”;
- przyswoisz techniki wspierające nawykowe działanie.

■ Korzyści dla Uczestników

- Wzmocnienie kompetencji menedżerskich w zakresie skutecznej komunikacji, opartej na zasadzie „win-win”
- Zdobyć umiejętność ustalania priorytetów w działaniu
- Nauka zarządzania sobą w czasie w oparciu o kryteria matrycy ważności celów

■ Dla kogo jest to szkolenie

Szkolenie przeznaczone jest dla osób, które chcą zwiększyć efektywność swoich działań. Ma wskazać kierunek i zachęcić do rozpoczęcia pracy nad nawykami prowadzącymi do twórczych zmian wewnętrznych, kształtowania trwałych relacji z innymi oraz inspirującego przywództwa - na poziomie osobistym, interpersonalnym i menedżerskim. Szkolenie jest pierwszym krokiem do zmiany sposobu myślenia o relacjach z otoczeniem i budowania ich na zasadzie „win-win”, kładąc nacisk na empatię wobec innych ludzi i kształtowanie współpracy w sposób umożliwiający osiągnięcie efektu synergii.

■ Ramowy program szkolenia

- Budowanie pozytywnego nastawienia do pracy w zespole
- Psychologia stosowana w obszarze skuteczności osobistej
- Perspektywa ekonomiczna w spostrzeganiu skuteczności
- Rola nawyków w zdefiniowaniu skuteczności
- Zarządzanie sobą w czasie

■ Harmonogram warsztatów

Czas	Moduł, Zagadnienia
I DZIEŃ	
09:00 – 10:00	Powitanie i przedstawienie się uczestników, wprowadzenie w tematykę szkolenia
10:00 – 10:15	Przerwa
10:15 – 11:05	Moduł I. Wybrane elementy psychologii stosowanej w obszarze skuteczności osobistej
11:05 – 11:20	Przerwa
11:20 – 12:30	Moduł II. Perspektywa ekonomiczna w spostrzeganiu skuteczności
12:30 – 13:30	Przerwa obiadowa
13:30 – 14:40	Moduł III. Rola nawyków w skutecznym działaniu Moduł IV. Klucz postawy – proaktywność
14:40 – 15:10	Przerwa
15:10 – 16:45	Moduł V. Znaczenie celu
16:45 – 17:00	Podsumowanie I dnia warsztatów
II DZIEŃ	
09:00 – 09:15	Powitanie uczestników i nawiązanie do dnia poprzedniego
09:15 – 11:00	Moduł VI. Zarządzanie sobą w czasie
11:00 – 11:15	Przerwa
11:15 – 12:30	Moduł VII. Paradygmat relacji i efektywnego współdziałania
12:30 – 13:30	Przerwa obiadowa
13:30 – 15:20	Moduł VII. Paradygmat relacji i efektywnego współdziałania cd. Moduł VIII. Trzeci punkt widzenia - synergia
15:20 – 15:50	Przerwa
15:50 – 16:30	Moduł IX. Trening w 4 obszarach - kurs na rozwój
16:30 – 17:00	Podsumowanie całych warsztatów

■ Informacje organizacyjne

Termin szkolenia: **14 – 15 października 2019**

Czas trwania szkolenia: **16 godzin**

Miejsce: **Katowice**

Typ szkolenia: **otwarte**

Wielkość grupy: **do 14 osób**

Prowadzący: **Marek Drąg**

■ Opłata

Cena szkolenia dla 1 uczestnika wynosi **799,00 zł netto** + 23% VAT.

Powyższa opłata obejmuje:

- przeprowadzenie szkolenia (16 godzin szkoleniowych),
- certyfikaty / zaświadczenia ukończenia szkolenia,
- ewaluację szkolenia,
- zapewnienie sali szkoleniowej,
- catering.

■ Kontakt

Zgłoszenia oraz pytania dotyczące szkolenia prosimy kierować do:

- Bartosz Wilczak, tel. 723 239 846, bartosz.wilczak@poczta-polska.pl
- Adam Niedziałek, tel. 502 013 476, adam.niedzialek@poczta-polska.pl
- Marek Dyjaczynski, tel. 888 560 584, marek.dyjaczynski@poczta-polska.pl
- Maciej Odorkiewicz, tel. 887 333 626, maciej.odorkiewicz@poczta-polska.pl

■ Sylwetka trenera

MAREK DRĄG

Trener, psycholog, pasjonat HRM

Absolwent Uniwersytetu Śląskiego. Członek Polskiego Stowarzyszenia Psychologii Organizacji. Praktyk o wieloletnim doświadczeniu w doradztwie i rozwoju zdolności przywódczych, zarządzaniu relacjami, rozwoju kompetencji miękkich.



W Poczcie Polskiej S.A. od 7 lat pełni funkcję trenera, przez 4 lata łącząc ją z pracą na stanowisku HR Biznes Partnera. Główne obszary jego specjalizacji to: radzenie sobie ze stresem i emocjami, przewodzenie w procesie zmian, komunikacja i wywieranie wpływu, zarządzanie relacjami i rozwiązywanie konfliktów, zarządzanie kompetencjami i wspieranie innowacji, budowanie skuteczności osobistej i zarządzanie sobą w czasie.

Praca z ludźmi i wspieranie ich w rozwoju jest dla niego nie tylko źródłem energii i satysfakcji, lecz także inspiracją. Dlatego pracuje jako trener, doradca HR, wykładowca.

Pasjonat nowych technologii oraz ich wpływu na funkcjonowanie człowieka.