



## PROGRAM ROZWOJU OSOBISTEGO PRO

***„Sukces to maksymalne wykorzystanie możliwości jakie masz.” Zig Ziglar***

### **Adresat projektu:**

Prezentowany projekt szkoleniowy adresujemy, przede wszystkim, do kadry menedżerskiej i osób na stanowiskach specjalistycznych.

### **Cele projektu:**

Unikatowa koncepcja **PRO** ma na celu:

1. Podniesieni efektywności własnej uczestnika w obszarach:

- zarządzania sobą w czasie,
- planowania i priorytetyzacji zadań i czynności,
- kreatywności w rozwiązywaniu różnych sytuacji (problemów),
- inteligencji emocjonalnej,
- automotywacji,
- komunikacji interpersonalnej,
- delegowania zadań,
- prowadzenia spotkań.

2. Poznanie samego siebie, zdobycie i pogłębienie wiedzy o swoich naturalnych możliwościach, a dzięki temu bycie **PRO**aktywnym. Nabycie umiejętności pro aktywnego myślenia i działania. Proaktywność to postawa, dzięki której bardzo wiele zależy od nas, wiele jesteśmy w stanie efektywnie zrobić, wiemy czego chcemy, więc działamy. Dzięki proaktywnemu podejściu do życia, zamiast czekać na szansę, sami je tworzymy. Tworzymy życie takim, jakim chcemy, żeby było.

***„To, jak dobrze znasz świat dookoła Ciebie, jest wprost proporcjonalne do tego, jak dobrze znasz siebie”***

### 3. Poznanie innych.

Podstawą do zrozumienia zachowań osób w naszym otoczeniu jest analiza wszystkiego co może wpłynąć na powstanie tego zachowania, analiza osobowości, zainteresowań, postaw obserwowanej osoby. Dostarczy nam to informacji potrzebnych do sprawnej i trafnej interpretacji postępowań a co za tym idzie możliwości wpływania na nie. Aby tego dokonać musimy najpierw spojrzeć w głąb siebie.

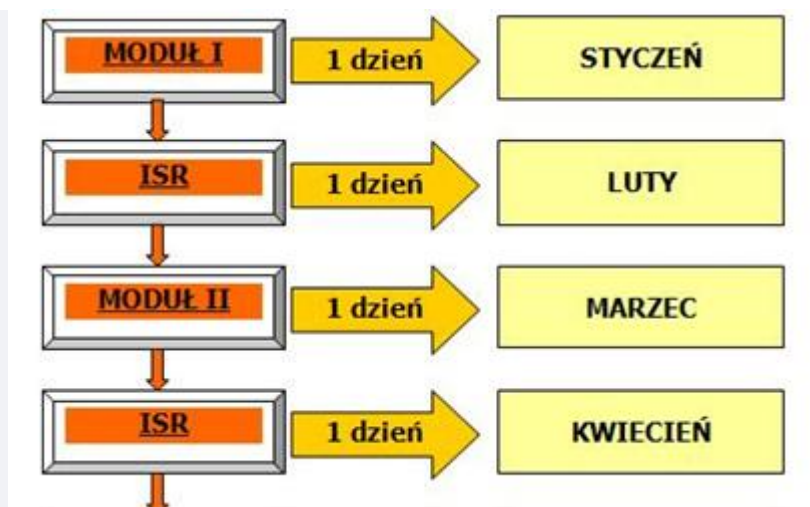
#### Opis realizacji projektu:

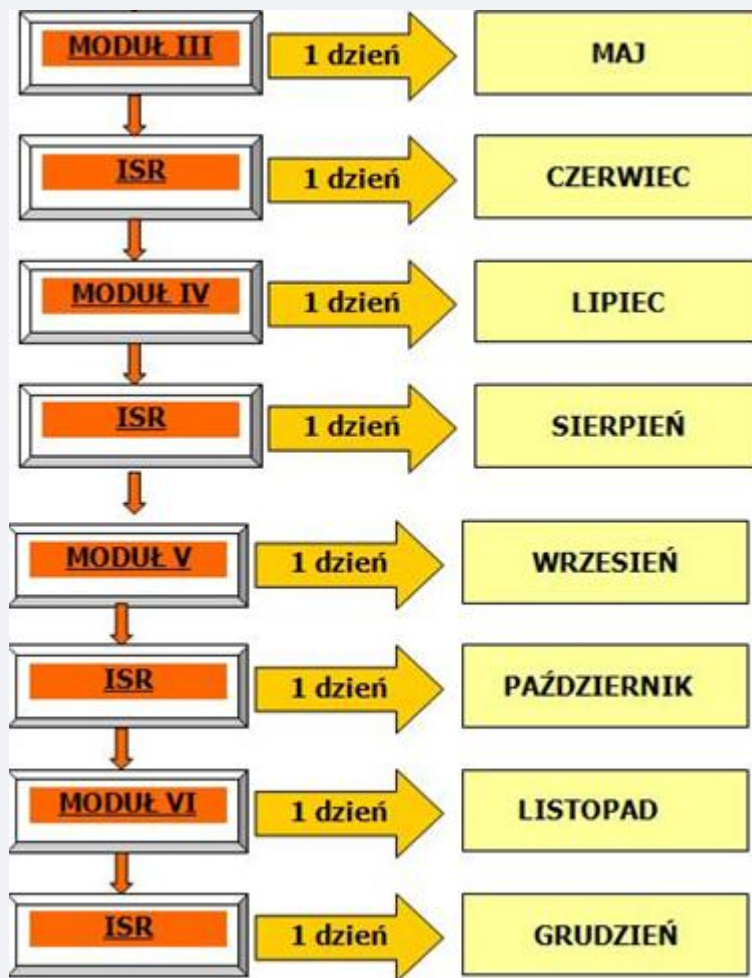
LP.	ZAWARTOŚĆ MERYTORYCZNA	REALIZACJA
Moduł 1 2 dni	ZACHOWANIA, ORGANIZACJA MIEJSCA PRACY, CELE, PLANOWANIE	<p><b>-1 dzień</b></p> <p>WARSZTAT 8 GODZIN</p> <p><b>-2 dzień</b></p> <p>INDYWIDUALNE SPOTKANIA ROZWOJOWE ISR</p> <p><b>-follow up</b></p> <p>KONSULTACJE ON-LINE</p>
Moduł 2 2 dni	KREATYWNOŚĆ I ROZWIĄZYWANIE PROBLEMÓW	<p><b>-1 dzień</b></p> <p>WARSZTAT 8 GODZIN</p> <p><b>-2 dzień</b></p> <p>INDYWIDUALNE SPOTKANIA ROZWOJOWE ISR</p> <p><b>-follow up</b></p> <p>KONSULTACJE ON-LINE</p>

<p>Moduł 3 2 dni</p>	<p>INTELIGENCJA EMOCJONALNA</p>	<p><b>-1 dzień</b> WARSZTAT 8 GODZIN</p> <p><b>-2 dzień</b> INDYWIDUALNE SPOTKANIA ROZWOJOWE ISR</p> <p><b>-follow up</b> KONSULTACJE ON-LINE</p>
<p>Moduł 4 2 dni</p>	<p>MOJE MOCNE I SŁABE STRONY, AUTOMOTYWACJA</p>	<p><b>-1 dzień</b> WARSZTAT 8 GODZIN</p> <p><b>-2 dzień</b> INDYWIDUALNE SPOTKANIA ROZWOJOWE ISR</p> <p><b>-follow up</b> KONSULTACJE ON-LINE</p>
<p>Moduł 5 2 dni</p>	<p>KOMUNIKACJA INTERPERSONALNA</p>	<p><b>-1 dzień</b> WARSZTAT 8 GODZIN</p> <p><b>-2 dzień</b> INDYWIDUALNE SPOTKANIA ROZWOJOWE ISR</p> <p><b>-follow up</b> KONSULTACJE ON-LINE</p>

<p>Moduł 6 2 dni</p>	<p>ASERTYWNOŚĆ, DELEGOWANIE, EFEKTYWNE ZEBRANIA</p>	<p><b>-1 dzień</b>  WARSZTAT 8 GODZIN</p> <p><b>-2 dzień</b>  INDYWIDUALNE SPOTKANIA ROZWOJOWE ISR</p> <p><b>-follow up</b>  KONSULTACJE ON-LINE</p>
--------------------------	---	--

PRO to cykl sześciu jednodniowych modułów szkoleniowych oraz sześciu Indywidualnych Spotkań Rozwojowych (ISR). Realizacja całego Programu przewidziana jest na 12 miesięcy. Jednodniowe szkolenia odbywają się co dwa miesiące. Pomiędzy szkoleniami uczestnicy pracują samodzielnie wspierani przez konsultantów (maile, telefony, ISR). W czasie ISR konsultanci pracują z każdym z uczestników osobno, dostosowując teorię do praktyki uwzględniając specyfikę stanowiska i pracy, przyzwyczajenia i dobre praktyki. Celem spotkań jest praktyczne wdrożenie nabytej na szkoleniach wiedzy. Fakt, że spotkania są rozłożone w czasie pozwala na monitoring postępów, wypróbowanie różnych rozwiązań, ich weryfikację i rzeczywistą zmianę.





### Narzędzia

Pracujemy na konkretnych, standardowych narzędziach. Pokazujemy ich możliwości i przydatność w codziennej pracy.

- MS Outlook lub Lotus Notes,
- lista spraw delegowanych,
- lista rozmów telefonicznych,
- Mapa myśli / Mind Manager,
- arkusz delegowania,
- Draft efektywnego spotkania,



-arkusz autorefleksji,

-arkusz efektywnych komunikatów.