



SZKOLENIA I SESJE – COACHING, MENTORING, NLP

Zastanawiasz się jak osiągnąć zamierzony cel?
Masz pomysł na biznes, ale obawiasz się niepowodzeń?
Szukasz równowagi między życiem zawodowym a osobistym?
A może chcesz samodzielnie rozwinąć swój zespół lub trwale zmienić jego postawę?

JAK ZORGANIZOWANE SĄ ZAJĘCIA?

Możesz skorzystać z indywidualnych sesji coachingu, mentoringu lub wziąć udział w wybranym warsztacie szkoleniowym.
Profesjonalizm naszych trenerów i coachów gwarantują certyfikaty: ICC (International Coaching Community), ACC ICF (International Coaching Federation), Coach LMI™, Master NLP (The Society of Neuro-Linguistic Programming – Christina Hall, USA), Hogan Assessment Systems, Insights Discovery, DISC, ASTD (USA) i inne.



EXECUTIVE COACHING

Jesteś właścicielem firmy, menedżerem lub liderem?
Szukasz inspiracji, sposobów podniesienia wyników
lub rozwoju własnych kompetencji?
A może potrzebujesz wsparcia w procesie
podejmowania kluczowych decyzji lub chcesz ustalić
strategię i kierunki działań?

CO SPOTKA UCZESTNIKA?

W ramach coachingu biznesowego wypracuje
sposoby realizacji celów zawodowych i osobistych.
Znajdzie metody radzenia sobie
z trudnościami biznesowymi i międzyludzkimi.
Udoskonali zarządzanie operacyjne i system
przywództwa.
Wykreuje pomysły i alternatywne rozwiązania,
by efektywnie i skutecznie osiągnąć cele.



COACHING KARIERY

Pracujesz w małej firmie lub dużej korporacji
i nie masz pomysłu jak pokierować
dalszą karierą zawodową?

Aktywnie szukasz nowej pracy?

A może dotychczasowa historia zatrudnienia
"to nie to" i myślisz nad zupełnie nowym
wyzwaniem?

CO SPOTKA UCZESTNIKA?

Przeanalizuje swoje predyspozycje oraz
oczekiwania zawodowe.

Odkryje "work-life balance" oraz jak może
prawdziwie realizować się zawodowo i prywatnie.
Znajdzie rozwiązanie problemów w obecnej pracy
i zaplanuje szczegółowo ścieżkę kariery.
Przemyśli swoje motywacje i alternatywne
rozwiązania oraz upewni się w sposobie
realizacji swoich decyzji.



SESJE PRZERAMOWAŃ NEUROLINGWISTYCZNYCH

Nadmiernie stresujesz się przed wystąpieniami publicznymi?

Masz problem, z którym nie wiesz jak sobie poradzić lub masz tendencję do nadmiernego martwienia się?

Chcesz spokojniej reagować na trudną relację?

A może panicznie boisz się pajaków lub węży?

CO SPOTKA UCZESTNIKA?

W ramach sesji zmieni swoje dotychczasowe postrzeganie sytuacji, zmodyfikuje związane z tym odczucia oraz polepszy swoje reakcje.

Osiągnie większy spokój, opanowanie i kontrolę sytuacji. Zakotwiczy pożądane odczucia i reakcje oraz pozna proste w stosowaniu narzędzia, które można wykorzystać w sytuacjach trudnych.



SESJE OUTPLACEMENTOWE

Chcesz, aby pracownicy po restrukturyzacji poradzili sobie na rynku pracy?
Obawiasz się, że niektórzy nie będą wiedzieć jak dobrze napisać CV lub zaprezentować się na rozmowie rekrutacyjnej?

CO SPOTKA UCZESTNIKA?

Odnajdzie się w nowej sytuacji dzięki specjalnym sesjom opartym na coachingu, doradztwie i treningu rozmów rekrutacyjnych. Napisze profesjonalne CV i wykorzysta najnowsze technologie ułatwiające znalezienie ciekawej pracy. Uzyska wsparcie i zmobilizuje się do systematycznych działań. Uwierzy we własne siły, a obecna sytuacja będzie bodźcem do nowej kariery i samorealizacji.



LIFE COACHING

Masz dylematy życiowe?

Nie masz pewności jakie podjąć decyzje?

A może masz już pomysł lecz zastanawiasz się czy rzeczywiście go wdrożyć lub brakuje Ci planu jak zrealizować go krok po kroku?

CO SPOTKA UCZESTNIKA?

Dzięki indywidualnym sesjom coachingowym uwierzy we własne siły i możliwości.

Dokona obiektywnego przeglądu plusów i minusów sytuacji oraz wybierze najlepsze dla siebie rozwiązanie.

Rozwieje obawy oraz przekonania, które ograniczały efektywne działanie.

Nabierze pewności siebie oraz opracuje konkretny plan realizacji zamierzonych celów.



COACHING OSÓB DŁUGOTRWALE BEZROBOTNYCH

Reprezentujesz Urząd Pracy, Ośrodek Pomocy Społecznej, fundację lub inną instytucję aktywizującą osoby długotrwale bezrobotne lub zagrożone wykluczeniem społecznym?
Chcesz realnie zaktywizować bezrobotnych?

CO SPOTKA UCZESTNIKA?

Odkryje jak wiele prac może wykonywać.
Nauczy się pisać CV, list motywacyjny oraz jak zaprezentować się na rozmowie rekrutacyjnej.
Dowie się gdzie szukać pracy i jak można jej szukać.
Zacznie zmieniać swoją postawę - z roszczeniowej do aktywnej i coraz bardziej samodzielnej.
Zmotywuje się do aktywności i realizowania się również na polu pozazawodowym.



COACHING GRUPOWY

Nie wiesz jak zmienić postawę całego zespołu? Zastanawiasz się nad sposobami wypracowania odpowiedniego nastawienia do realizacji zadań? A może planujesz wprowadzić zmiany i nie masz pomysłu jak poradzić sobie z oporem grupy lub z niektórymi „hamulcowymi”?

CO SPOTKA UCZESTNIKÓW?

W ramach grupowych sesji coachingowych uczestnicy przejdą proces zmieniający ich nastawienie do zmian, aktualnych zadań lub do współpracowników. Dzięki zastosowanym przeramowaniom coachingowym zobaczą szereg sytuacji w innym świetle i z nowego punktu widzenia – zmienią postawę i podniosą własny poziom zmotywowania.



BUSINESS COACHING

Zastanawiasz się nad swoim biznesem? Nie masz pomysłu od czego zacząć? Chcesz prawidłowo oszacować swoje zasoby i realne możliwości? A może masz szereg obaw i potrzebujesz pomocy, aby pojąć najlepszą decyzję?

CO SPOTKA UCZESTNIKA?

W ramach sesji coachingowych określi i doprecyzuje kryteria sukcesu. Opracuje szczegółowy plan realizacji celów biznesowych. Oszacuje swoje zasoby – nawet te ukryte – odkryje ludzi, którzy mogą pomóc i udzielić wsparcia oraz ustali sposoby neutralizacji przeszkód i deficytów. Wyeliminuje przekonania ograniczające oraz hamulce stojące na drodze do sukcesu.



MENTORING BIZNESOWY

Nie masz pewności jak efektywnie rozwinąć swój biznes? Nie chcesz popełnić „starych błędów”, które często powielają innym? A może potrzebujesz świeżego spojrzenia na swoją sytuację biznesową oraz bodźca do nowych i innowacyjnych działań?

CO SPOTKA UCZESTNIKA?

W ramach sesji mentoringu oceni z dystansu swoją sytuację biznesową lub pomysł na nowe przedsięwzięcie. Oszacuje silne strony oraz zagrożenia i deficyty do rozwoju. Poszerzy swoją wiedzę o przykłady zaczerpnięte z doświadczenia i praktyki mentora, na bazie których będzie mógł wypracować najlepsze rozwiązania dla siebie.



MENTORING MENEĐŻERSKI

Napotykasz na problemy związane z pracownikami, ich motywacją i zaangażowaniem?
Wkładasz duży wysiłek w zarządzanie – a pracownicy nie realizują zakładanych celów?
A może chcesz poprawić atmosferę w firmie lub skutecznie wyeliminować powtarzające się błędy?

CO SPOTKA UCZESTNIKA?

W ramach sesji mentoringu nabędziesz nowe kompetencje menedżerskie oparte na praktyce, sprawdzonej wiedzy i doświadczeniu mentora. Przeanalizuje konkretne sytuacje, wyciągnie konstruktywne wnioski i wypracuje skuteczne rozwiązania. Spojrzy na sytuację z innej perspektywy, która umożliwi zastosowanie nowych technik efektywnego zarządzania.



MENTORING KARIERY

Zastanawiasz się jak skutecznie zaplanować swoją ścieżkę kariery? Bierzesz pod uwagę kilka rozwiązań, ale nie masz pewności co się za nimi kryje? A może nie masz pomysłu jak prawidłowo pokierować dalszym rozwojem swojej kariery zawodowej?

CO SPOTKA UCZESTNIKA?

W ramach sesji mentoringu rozwinie i przeanalizuje najlepsze rozwiązania dotyczące budowania swojej kariery w oparciu o dotychczasowe doświadczenia, posiadane umiejętności oraz predyspozycje.

Skonsultuje z doświadczonym mentorem swoje pomysły, działania i plany.

Opracuje i zweryfikuje „kamienie milowe” oraz sposoby realizacji zamierzonych celów, tak aby uniknąć niepotrzebnych błędów.





MENTORING SUKCESYJNY

Przygotowujesz się do awansu i chcesz, aby Twój start na nowym stanowisku był sukcesem, a nie totalną porażką?

Nie chcesz wpaść w pułapkę mentalną i w ramach nowej funkcji wykonywać głównie stare obowiązki – tylko jeszcze sprawniej lub więcej – bo generalnie to wychodzi Ci najlepiej?

CO SPOTKA UCZESTNIKA?

W ramach sesji mentoringu profesjonalnie przygotuje się do realizacji nowych wyzwań i związanych z tym obowiązków. Poszerzy swoją wiedzę w oparciu o praktykę i doświadczenia mentora. Zdiagnozuje swoje obszary do rozwoju oraz szybkie sposoby wyeliminowania potencjalnych deficytów. Spojrzy na nowe stanowisko z perspektywy innych obowiązków i odpowiedzialności, dzięki czemu będzie profesjonalnie przygotowany do sukcesji.





VR TRAINING
SZKOLENIE, WARSZTAT
COACHINGOWY

COACHING W PRACY MENEDŻERA

Zastanawiasz się co zrobić, żeby niektórym bardziej chciało się chcieć?

Masz wrażenie, że pracownik nie jest zmotywowany i sam nie wie czego chce?

A może sam jesteś w kropce i wahasz się jaką decyzję podjąć?

CO OSIĄGNIESZ DZIĘKI TEMU WARSZTATOWI?

Nauczysz się podnosić poziom motywacji i zmieniać postawę pracowników poprzez wykorzystanie technik coachingowych.

Poprawisz efektywności własnej pracy i w ramach poszczególnych zespołów oraz będziesz bardziej świadomie zarządzać potencjałami.

Zdobędziesz umiejętności rozwiązywania problemów wykorzystując techniki nastawione na realizację celu.



VR TRAINING
SZKOLENIE, WARSZTAT
COACHINGOWY

COACHINGOWA ROZMOWA OKRESOWA

Zauważasz stres u siebie lub u rozmówcy?
Dostrzegasz przypadki, że zamiast konstruktywnego rozwoju całość sprowadza się do oceny, która może demotywować?
Masz wrażenie, że pracownik ciągle potakuje, aby mieć to już za sobą?
Ile razy rozmawialiście o tym samym, a praktycznie nic się nie zmienia?

CO OSIĄGNIESZ DZIĘKI TEMU WARSZTATOWI?

Zbudujesz bezpieczną i konstruktywną atmosferę dla obu stron.
Zaczniesz wykorzystywać narzędzia coachingowe do trwałej korekty zachowań i postawy.
Poznasz najczęstsze błędy, prawidłowo wyznaczysz indywidualne cele i wyeliminujesz sytuacje konfliktogenne.





VR TRAINING
SZKOLENIE, WARSZTAT
COACHINGOWY

COACHING ZESPOŁOWY

Szukasz pomysłu jak zmienić postawę zespołu lub wypracować z nim konstruktywne rozwiązanie? Chcesz wprowadzić zespół na wyższy poziom, lecz nie masz czasu na pracę indywidualną? A może chcesz zorganizować efektywny workshop?

CO SPOTKA UCZESTNIKA?

Nauczy się jak profesjonalnie prowadzić coaching grupowy, aby uzyskać pożądaną postawę zespołu. Dowie się jak motywować zespół, przeramować przekonania ograniczające oraz efektywnie angażować "hamulcowych". Otrzyma narzędzia i techniki, ułatwiające przeprowadzenie konstruktywnego warsztatu oraz spotkań nastawionych na realizację zamierzonego celu.





VR TRAINING
SZKOLENIE, WARSZTAT
COACHINGOWY

WARSZTAT PRZERAMOWAŃ NEUROLINGWISTYCZNYCH

Zastanawiasz się czym naprawdę jest NLP?

Chcesz poznać skuteczne techniki, pozwalające spokojniej reagować na trudne relacje.

A może myślisz o pomaganiu innym – gdy stresują się przed wystąpieniami publicznymi lub boją się pająków?

CO OSIĄGNIESZ DZIĘKI TEMU WARSZTATOWI?

Przećwiczysz sprawdzone techniki, które pozwalają zmieniać postrzeganie sytuacji i modyfikować związane z tym odczucia oraz polepszać reakcje.

Nauczysz się kotwiczyć pożądane stany emocjonalne, aby nawet w sytuacjach stresogennych zachować spokój, opanowanie i kontrolę sytuacji.

Poznasz proste w stosowaniu narzędzia, które można wykorzystać w pracy ze sobą i z innymi.



VR TRAINING

www.vrtraining.eu
szkolenia@vrtraining.eu

+48 508 347 488
+48 505 184 075



VR TRAINING
SZKOLENIE, WARSZTAT
COACHINGOWY

PODSTAWY COACHINGU

Chcesz dowiedzieć się na czym polega profesjonalny coaching? Zastanawiasz się jak zdobyć sprawdzoną wiedzę i umiejętności coachingowe? A może chcesz zostać coachem, albo planujesz wykorzystać techniki coachingowe w biznesie lub w sytuacjach prywatnych?

CO OSIĄGNIESZ DZIĘKI TEMU WARSZTATOWI?

Dowiesz się czym jest coaching, kiedy i jak go stosować. Poznasz metodykę prowadzenia indywidualnych sesji coachingowych. Zdobędziesz podstawową wiedzę i umiejętności, które pozwolą w sposób coachingowy pracować z ludźmi oraz bazować na ich świadomych i ukrytych zasobach – tak, aby osiągnęli zamierzone cele.



VR TRAINING
SZKOLENIE, WARSZTAT
COACHINGOWY

PODSTAWY PROGRAMOWANIA NEUROLINGWISTYCZNEGO

Zastanawiasz się nad programowaniem neurolingwistycznym, ale tak naprawdę nie wiesz o co w tym wszystkim chodzi? Docierają do Ciebie różne informacje o NLP, ale trudno Ci wyrobić sobie obiektywne zdanie? A może chcesz poznać i wypróbować kilka prostych procedur?

CO OSIĄGNIESZ DZIĘKI TEMU WARSZTATOWI?

Dowiesz się czym jest NLP i z jakich obszarów nauki czerpie swoje założenia i procedury.

Poznasz submodalności, mataprogramy, presupozycje oraz inne aspekty składające się na NLP. Przećwiczysz podstawowe techniki, które można wykorzystać w biznesie oraz procedury, które pomogą Tobie i innym.



VR TRAINING

www.vrtraining.eu
szkolenia@vrtraining.eu

+48 508 347 488
+48 505 184 075



VR TRAINING
SZKOLENIE, WARSZTAT
COACHINGOWY

NARZĘDZIA COACHINGOWE

Zaczynasz swoją przygodę z prowadzeniem sesji coachingowych i czujesz, że potrzebujesz Ci sprawdzonych narzędzi, bo niektóre rzeczy robisz intuicyjnie? A może potrzebujesz skutecznych technik coachingowych, które można wykorzystać w rozmowach biznesowych lub w zarządzaniu zespołem?

CO OSIĄGNIESZ DZIĘKI TEMU WARSZTATOWI?

Poznasz sprawdzone narzędzia coachingowe, które dają wymierne efekty. Dowiesz się kiedy i jak prawidłowo je stosować oraz jakich błędów unikać. Przećwiczysz techniki, które zwiększą Twoją efektywność zarówno w ramach sesji coachingowych, jak i w sytuacjach zawodowych oraz osobistych.



VR TRAINING
SZKOLENIE, WARSZTAT
COACHINGOWY

TECHNIKI COACHINGOWE Z TRUDNYM PRACOWNIKIEM

Twoja informacja zwrotna nie przynosi oczekiwanych efektów? Próbujesz zmienić zachowanie pracownika, a wszystko jest „po staremu” lub poprawa jest chwilowa. Potrzebujesz narzędzi zmieniających nastawienie i funkcjonowanie pracowników?

CO OSIĄGNIESZ DZIĘKI TEMU WARSZTATOWI?

Nauczysz się skutecznie docierać do świadomości drugiej osoby. Poznasz techniki udzielania coachingowej informacji zwrotnej przy notorycznych, niepożądanych zachowaniach podwładnych. Dowiesz się jak udzielić trudnego feedbacku zmieniającego postawę oraz kiedy warto zrobić to publicznie, a kiedy w cztery oczy.

