
SZKOLENIE / WARSZTATY

DLA MENADŻERÓW, DYREKTORÓW, LIDERÓW

ODPORNOŚĆ PSYCHICZNA MENADŻERA

CZYLI SZEFIE ZADBAJ O SIEBIE

KORZYŚCI DLA UCZESTNIKÓW

- Zrozumienie dla emocji pojawiających się w niestabilnych czasach.
- Umiejętność zapanowania nad rosnącym przygnębieniem i zniechęceniem.
- Zbudowanie pozytywnego dystansu do stresu i empatii dla skrajnych emocji u siebie i innych.
- Odnalezienie własnej wewnętrznej równowagi i przełożenie jej na dobrostan psychiczny zespołu.



PROGRAM

SZKOLENIE ODPORNOŚĆ PSYCHICZNA MENADŻERA, CZYLI SZEFIE ZADBAJ O SIEBIE

Cele do osiągnięcia:

1. Akceptacja emocji i odkrycie, że stoją za nimi nasze niezaspokojone potrzeby.
2. Zbudowanie elastyczności w myśleniu i działaniu co przełoży się na lepsze reagowanie na stres, przeciwności i niezaplanowane zmiany.
3. Nabycie umiejętności podnoszenia się z upadków i przekuwania porażki w sukces.
4. Budowanie umiejętności odzyskiwanie sił psychicznych po trudnych doświadczeniach.

Czas trwania: 3 godziny

Cena: 350zł netto/osoba*

Cena obejmuje:

- Certyfikat ukończenia kursu – zgodnie z wdrożonymi procedurami DEKRA
- Materiały szkoleniowe

*organizator zastrzega sobie prawo do odwołania szkolenia w przypadku nieosiągnięcia minimalnej liczby uczestników tj. 10 osób.



EKSPERT PROWADZĄCY

Izabela Kielczyk

- Terapeuta ludzi biznesu. Psycholog z zamiłowania i z wykształcenia, ale także wieloletni praktyk - psychoterapeuta oraz przedsiębiorca i menadżer zarządzającym dwiema firmami
- 20 lat doświadczenia w pracy z ponad 250 Liderami z różnych branż
- Właściciel firmy produkcyjno-spożywczej
- Właściciel placówki psychologicznej
- Wykształcenie psychologiczne i terapeutyczne



INFORMACJE ORGANIZACYJNE

Plan:

- 9:45 – rejestracja na szkolenie
 - 10:00 – 11:30 – blok 1
 - 11:30 – 11:45 – przerwa
 - 11:45 – 13:00 – blok 2
 - 13:15 – rozdanie certyfikatów
- 9 lutego 2023
 - 10:00–13:00
 - ul. ks. Tymienieckiego 22G, 90-349 Łódź
 - siedziba Łódzkiej Specjalnej Strefy Ekonomicznej, sala K1

Zgłoszenia mailowo na adres: monika.tomaszewska@sse.lodz.pl lub kamil.zjawiony@sse.lodz.pl