

Mistrz Autoprezentacji - warsztaty indywidualne

Opis ogólny

Warsztaty Mistrz Autoprezentacji to autorski program szkoleniowy, składający się z 4 indywidualnych spotkań z trenerem. Celem warsztatów jest nabycie podstawowych umiejętności z zakresu sztuki autoprezentacji, prezentacji, występów publicznych oraz skutecznej komunikacji w biznesie i w życiu prywatnym.

Warsztaty te przeznaczone są dla osób, które na co dzień stają przed trudnym zadaniem poprowadzenia spotkania, zebrania czy prezentacji. Podczas spotkań postaramy się wyeliminować podstawowe czynniki mogące utrudniać swobodną i efektywną komunikację takie jak: stres, trema, brak pewności siebie.

W trakcie warsztatów wspólnie wypracujemy najlepszy sposób komunikacji werbalnej oraz pozawerbalnej, pozbedziemy się złych nawyków oraz naleciałości, które mogą nas osłabiać w kontaktach interpersonalnych. Nauczymy się także w jaki sposób przekonywać innych skutecznie do swoich racji.

Podczas spotkań wyeliminujemy także ewentualne błędy językowe i odnajdziemy najlepszy styl, który pozwoli swobodnie i efektywnie komunikować się ze współpracownikami oraz z osobami nam najbliższymi.

Metody pracy: symulacje, scenki, wystąpienia z użyciem kamery video, ćwiczenia oddechowe itp. Ponad 90% czasu to praktyczne ćwiczenie konkretnych umiejętności.

Proponowana tematyka poszczególnych spotkań

- I. Doskonalenie świadomości własnego ciała- jak wyglądam i jak jestem postrzegany przez innych. Podstawy komunikacji werbalnej oraz niewerbalnej.
- II. Mój głos mówi o mnie- ćwiczenia oddechowe ułatwiające poprawne mówienie. Eliminowanie tremy i stresu.
- III. Autoprezentacja doskonała czyli skuteczna komunikacja. Jak osiągnąć swój cel podczas prezentacji/ wystąpienia/ spotkania ?
- IV. Przekonywanie innych do własnego pomysłu. Charyzma w komunikacji interpersonalnej

Warsztaty indywidualne pozwalają nam pracować nad indywidualnymi problemami uczestnika. W związku z tym, właściwy cykl poprzedzony jest spotkaniem wstępnym oraz ankietą, która pozwoli nam precyzyjnie określić tematykę poszczególnych spotkań. Kolejne etapy warsztatów będą dostosowane do potrzeb i oczekiwań klienta

Czas trwania: 4 spotkania (po ok. 2,5 godziny każde)

Cena warsztatów: 1200 zł netto (zwolnione z podatku VAT) / 4 spotkania

Informacje: amaron@biconsulting.com.pl, tel. 607 839 580