

-
1. Gândire flexibilă. Schimbarea perspectivei
 2. Mentalitate de creștere
 3. Gestionarea noului
 4. Gestionarea propriei dezvoltări

-
1. Organizational awareness
 2. Relaționare și schimb de informații
 3. Persuasiune
 4. Negociere

-
1. Orientare către rezultat
 2. Luarea deciziei
 3. Auto-motivare și autonomie
 4. Gestionarea obstacolelor
 5. Gestionarea incertitudinii
 6. Inițiativă și inovație



-
1. Gândire critică
 2. Creativitate
 3. Gestionarea complexității
 4. Gândire sistemică

-
1. Respectarea angajamentelor
 2. Gestionarea timpului și prioritizare
 3. Capacitatea de a lucra agil
 4. Responsabilitate și asumare

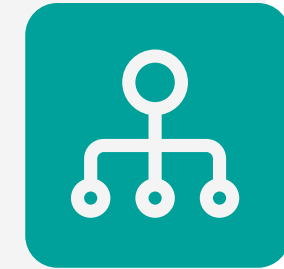
-
1. Empatie
 2. Ascultare activă – adresarea de întrebări
 3. Oferirea și primirea feedbackului
 4. Solicitarea și oferirea sprijinului
 5. Claritate, concizie și structură în comunicare
 6. Vorbire în public
 7. Colaborare și incluziune
 8. Gestionarea conflictelor

Leadership Personal

Goal Getting Mastery



Orientare către Rezultate: Abilitatea de a distinge între scopuri și mijloace și de a construi și revizui strategii pentru atingerea rezultatelor dorite.



Subiecte Abordate

- Claritatea rezultatului dorit;
- Capcane în atingerea rezultatelor;
- Gestionarea capcanelor;
- Planificarea și urmarea căii stabilite.



Ce Învăță Participanții

- Cum să clarifice așteptările înainte de a executa.
- Cum să facă diferența între oportunități și capcane.
- Cum să spună „nu”.
- Cum să se pregătească pentru a putea atinge rezultatele.



Metodologie

- Exercițiu experiențial – The Archaeologist;
- Introspecție;
- Exercițiu individual.

Logistică

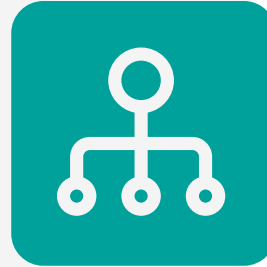
- 2 module x 0.5 zile
- 12 – 15 persoane
- Livrare în sală

Leadership Personal

Decide with Confidence



Luarea deciziilor: Abilitatea de a lua decizii rapide pentru a obține rezultatele dorite.



Subiecte Abordate

- Neuroștiința luării deciziilor;
- Impactul contextului și al emoțiilor asupra deciziilor;
- Gestionarea emoțiilor;
- Decizii care necesită mai multă atenție;
- Analizarea situației, alternativelor și consecințelor.



Ce Învăță Participanții

- Când să ia decizii rapide și care sunt consecințele atunci când tratează deciziile mici ca fiind importante.
- Care sunt acele decizii care necesită o atenție deosebită.
- Ce îi face pe oameni să aibă dificultăți în a lua decizii.
- Cum să gestioneze emoțiile atunci când iau decizii.
- Cum să analizeze situația, alternativele și consecințele.
- Cum să identifice informațiile lipsă și să ia decizii fără acestea.



Metodologie

- Studiu de caz;
- Introspecție urmată de sharing;
- Exercițiu individual;
- Exerciții de grup.

Logistică

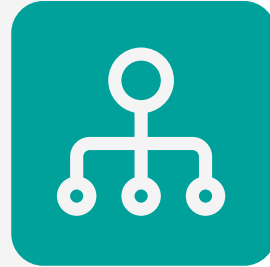
- 2 module x 0.5 zile
- 12 – 15 persoane
- Livrare în sală

Leadership Personal

Keep Your Heart In



Auto-motivare și Autonomie: Abilitatea de a menține un nivel ridicat de motivație și energie și de a găsi independent căi de acțiune pentru a atinge obiectivele pe termen lung.



Subiecte Abordate

- Factori de igienă și factori motivatori;
- Motivație extrinsecă vs. motivație intrinsecă;
- Motivație intrinsecă - Teoria autodeterminării;
- Motivația și energia;
- Tipuri de energie - fizică, emoțională, mentală;
- Motivația și efortul (consumul de energie).



Ce Învăță Participanții

- Care sunt factorii motivatori la nivel individual?
- Care este nivelul lor actual de motivație în activitatea profesională?
- Care sunt nevoile lor neîndeplinite și cum pot gestiona situația?
- Care este legătura dintre motivație și efort (energia investită)?
- Ce tipuri de energie investesc cel mai mult în activitatea lor?
- Cum își pot menține motivația ridicată pentru a atinge obiectivele pe termen lung?
- Cum își pot gestiona și reface energia pentru a susține eforturile pe termen lung?



Metodologie

- Introspecție;
- Chestionar;
- Exerciții individuale;
- Brainstorming;
- Plan de acțiune.

Logistică

- 2 module x 0.5 zile
- 12 – 15 persoane
- Livrare în sală

Leadership Personal

Obstacle Busters



Gestionarea Obstacolelor: Abilitatea de a persevera în ciuda obstacolelor, provocărilor, întreruperilor și schimbărilor, gestionând frustrarea și oboseala și revenind după perioade dificile.



Subiecte Abordate

- Reacția la obstacole, provocări și întreruperi;
- Conștientizarea și gestionarea stării emoționale;
- Orientarea către soluții;
- Sistem de suport și soluții;
- Construirea rezilienței;
- Anticipare obstacolelor și prepararea de a le face față.



Ce Învăță Participanții

- Care sunt reacțiile tipice la obstacole, provocări și întreruperi?
- Care este profilul lor de reacție la un nivel rezonabil de dificultate?
- Care este profilul lor de reacție la un nivel crescut de dificultate?
- Cum să își recunoască starea emoțională și să o gestioneze.
- Cum să acceseze soluții din diverse surse.
- Cum să își construiască reziliența mentală și emoțională.
- Cum să reducă efectul surprizei și impactul provocărilor asupra agendei și rezultatelor lor.
- Cum să anticipeze obstacolele și să se pregătească pentru ele fără a cădea în scenarii negative.



Metodologie

- Exercițiu experiențial – The Reproduction;
- Introspecție;
- Exerciții individuale;
- Brainstorming;
- Plan de acțiune.

Logistică

- 3 module x 0.5 zile
- 12 – 15 persoane
- Livrare în sală

Leadership Personal

Befriend Uncertainty



Gestionarea Incertitudinii: Abilitatea de a lucra productiv în situații de incertitudine sau atunci când lucrurile nu merg conform planului, inclusiv în situații care implică asumarea de riscuri.



Subiecte Abordate

- Incertitudinea în creier;
- Toleranța incertitudinii și rezultate în vremuri dificile;
- Gestionarea emoțiilor în situații de incertitudine;
- Gestionarea rațională a incertitudinii: maparea situației, evaluarea riscurilor și crearea unor planuri alternative;
- Tehnici pentru creșterea toleranței la incertitudine.



Ce Învăță Participanții

- Care este nivelul lor actual de toleranță la incertitudine?
- Care este impactul abilității lor de a gestiona incertitudinea asupra rezultatelor?
- Cum își pot gestiona emoțiile în situații de incertitudine?
- Cum pot acționa pentru a reduce riscul în situații de incertitudine?
- Cum își pot crește toleranța la incertitudine?



Metodologie

- Exercițiu în plen;
- Chestionar de auto-descoperire;
- Exerciții individuale;
- Plan de acțiune.

Logistică

- 2 module x 0.5 zile
- 12 – 15 persoane
- Livrare în sală

Leadership Personal

Quest for Better



Inițiativă și Inovație: Abilitatea de a identifica și expune situațiile în care este necesară inovația pentru îmbunătățirea continuă și de a explora și implementa idei noi folosind învățarea activă.



Subiecte Abordate

- Ecuația valorii;
- Arii de costuri și beneficii;
- Inspirație: beneficiari, analiza proceselor, alte activități etc.
- Creierul și generarea de idei noi;
- Generarea de idei în 5 pași: Colectare, Înțelegere, Incubare, Aha, Dezvoltare;
- Testarea ideii: Prezentare și Feedback, Pilot.



Ce Învăță Participanții

- Cum pot crește valoarea generată în munca lor?
- Cum pot identifica oportunitățile de inovație?
- Cum pot explora idei noi?



Metodologie

- Brainstorming – doua runde;
- Exerciții în echipă;
- Exerciții individuale;
- Plan de acțiune.

Logistică

- 4 module x 0.5 zile
- 12 – 15 persoane
- Livrare în sală