

PROGRAM KURSU

Rusz z miejsca! Jak odkryć mocne strony oraz wykorzystać je w działaniu?

SYSTEM 3W: WYKRYJ - WZMOCNIJ - WYKORZYSTAJ!

MODUŁ STARTOWY

▶ Informacje organizacyjne (8:24)

Start

MOJE: Wystartuj z dobrego miejsca!

▶ Wstęp (3:09)

Start

▶ Lekcja 1: Co to jest "mocna strona"? (20:07)

Start

▶ Lekcja 2: Dlaczego tak ważne jest zidentyfikowanie mocnych stron? (27:32)

Start

▶ Lekcja 3: Po co to wszystko? Wizja - kierunek, w którym zmierzasz (35:14)

Start

▶ Lekcja 4: W jaki sposób realizujesz Twoją wizję? Misja - konkretyzacja tego, co chcesz osiągnąć (23:09)

Start

▶ Lekcja 5: Co jest dla Ciebie najważniejsze? Twoje wartości osobiste i zawodowe (38:48)

Start

ODKRYCIA: Zidentyfikuj Twoje mocne strony

▶ Wstęp (3:39)

Start

▶ Lekcja 1: Jak rozwijać samoświadomość? (26:17)

Start

▶ Lekcja 2: Jaką wiedzę masz już na koncie? (8:52)

Start

▶ Lekcja 3: Jakie umiejętności posiadasz? (18:38)

Start

▶ Lekcja 4: Jak odkryć swoją pasję? (27:44)

Start

▶ Lekcja 5: Jak upewnić się, czy to rzeczywiście moja mocna strona? (18:17)

Start

PROGRAM KURSU

CZŁOWIEK: Doceń siłę różnorodności

- ▶ Wstęp (6:43) [Start](#)
- ▶ Lekcja 1: Jak docenić swoją wyjątkowość? (127:10) [Start](#)
- ▶ Lekcja 2: Jaki jest Twój dominujący styl zachowania? (35:23) [Start](#)
- ▶ Lekcja 3: Jak usprawnić komunikację? (19:52) [Start](#)
- ▶ Lekcja 4: Jakie masz mocne strony jako lider? (32:51) [Start](#)
- ▶ Lekcja 5: Jakie zadania preferujesz wykonywać? (58:54) [Start](#)
- ▶ Lekcja 6: Jak podejmujesz decyzje? (47:57) [Start](#)
- ▶ Lekcja 7: Co Cię napędza i nadaje Twoim działaniom sens? (46:58) [Start](#)
- ▶ Lekcja 8: Jakie masz supermoce? (45:47) [Start](#)

NIEDOSKONAŁOŚCI: Nie pozwól, by Cię zatrzymały!

- ▶ Wstęp (4:38) [Start](#)
- ▶ Lekcja 1: Jak określić obszary, w których nie jesteś mocna / y? (23:24) [Start](#)
- ▶ Lekcja 2: Jak zachowujesz się w stresie? (99:56) [Start](#)
- ▶ Lekcja 3: Jakich zachowań nadużywasz? (66:56) [Start](#)
- ▶ Lekcja 4: Jakie potencjalne ograniczenia wiążą się z Twoim stylem myślenia? (21:31) [Start](#)
- ▶ Lekcja 5: Na co należy uważać podejmując decyzje w oparciu o wartości? (21:26) [Start](#)
- ▶ Lekcja 6: Jakie potencjalne ograniczenia wiążą się z Twoimi postawami? (26:50) [Start](#)

AKCJA: Przekuj mocne strony w działanie!

- ▶ Wstęp (3:25) [Start](#)
- ▶ Lekcja 1: Jaką masz postawę? (43:36) [Start](#)
- ▶ Lekcja 2: Jak rozwijać mocne strony? (35:05) [Start](#)
- ▶ Lekcja 3: Jak zarządzać słabymi stronami? (31:12) [Start](#)
- ▶ Lekcja 4: Jak wygląda Twoja sytuacja zawodowa? (35:06) [Start](#)
- ▶ Lekcja 5: Jak zaplanować zmianę? (65:57) [Start](#)

PROGRAM KURSU

DISCUSJA: Jak komunikować się skutecznie i bezpiecznie?

Ten kurs jest pogłębieniem informacji z kursu “Rusz z miejsca! Jak odkryć mocne strony oraz wykorzystać je w działaniu?”

SKUTECZNOŚĆ: Jak się komunikujesz?

▶ Wstęp (1:43)

Start

▶ Lekcja 1: Co jest celem komunikacji? (35:03)

Start

▶ Lekcja 2: Jakim słuchaczem jesteś? (17:25)

Start

▶ Lekcja 3: Jak słuchać na głębokim poziomie? (19:23)

Start

ADAPTACJA: Jak zrozumieć różne style?

▶ Wstęp (1:18)

Start

▶ Lekcja 1: Jak rozpoznać poszczególne style DISC? (23:14)

Start

▶ Lekcja 2: Jak usprawnić współpracę z innymi? (38:21)

Start

▶ Lekcja 3: Jak stworzyć strategię komunikacji? (22:01)

Start

TRUDNE ZACHOWANIA: Jak sobie z nimi poradzić?

▶ Wstęp (2:18)

Start

▶ Lekcja 1: Jak nie dolewać oliwy do ognia? (24:52)

Start

▶ Lekcja 2: Jak zidentyfikować i zapobiegać potencjalnym problemom? (70:53)

Start

▶ Lekcja 3: Jak poradzić sobie z "trudnymi ludźmi"? (46:18)

Start

Dzięki temu kursowi unikniesz niepotrzebnych konfliktów i będziesz lepiej porozumiewać się z innymi typami osobowości w domu i w pracy. Będziesz lepiej komunikować się z innymi typami osobowości (jasno, precyzyjnie i bezpiecznie) i poradzisz sobie z tzw. “trudnymi ludźmi”.