



**OFERUJEMY SZKOLENIA
WZBOGACAJĄCE TWÓJ ROZWÓJ
OSOBISTY I ZAWODOWY.**

inspirujemy do rozwoju !

1. JAK DOGADYWAC SIE NA CO DZIEŃ?

- ✓ **Style komunikacyjne** - jak je rozpoznać?
- ✓ **Autodiagnoza** - jaki jest mój ulubiony styl?
Kiedy będzie on dla mnie siłą, a kiedy zagrożeniem i jak się przed nim uchronić?
- ✓ **Mapa** „moich” dzieci, rodziców, współpracowników, bliskich...
- ✓ Jak się dopasować do danego **stylu odbiorcy**?
Instrukcja obsługi poszczególnych typów.
- ✓ Podsumowanie spotkania.

2. JAK Z EMOCJI CZERPAĆ SIĘ ?

- ✓ **Jak odłożyć na bok kary, nagrody i zakazy** - naucz dziecko samodzielnego rozwiązywania problemów i radzenia sobie z emocjami?
- ✓ Jakie są **emocje** i jak na nas wpływają?
- ✓ Jak pozytywnie reagować na codzienne sytuacje i wzmacniać **pewność siebie dziecka**?
- ✓ Zabójcy **motywacji wewnętrznej** u dzieci
- ✓ Podsumowanie spotkania

3. INDYWIDUALNE WZORCE MYŚLENIA - CZYLI UCZENIE SIĘ A EMOCJE

- ✓ Jak **mózg przetwarza** informacje?
- ✓ **Poziomy przetwarzania** informacji.
- ✓ **Wzorce myślowe** a zachowanie - autodiagnoza.
- ✓ Wzorce **w relacjach**.
- ✓ Jak pracować z dziećmi **o różnych wzorcach myślowych**?
- ✓ Podsumowanie spotkania.

4. TUTORING W EDUKACJI JAKO FILOZOFIA KSZTAŁCENIA ORAZ INNOWACYJNA METODA ROZWIJANIA KREATYWNOŚCI I SAMODZIELNEGO MYŚLENIA.

Tutoring to przykład edukacji spersonalizowanej i szansa na odnowienie relacji mistrz-uczeń, efektywny rozwój talentów podopiecznych i podniesienie prestiżu np. szkoły, uczelni. Podczas warsztatu nauczysz się efektywnie prowadzić tutoring z podopiecznymi i dowiesz się, jak wdrożyć tutoring w Twoim miejscu pracy.

PONADTO PODCZAS WARSZTATU DOWIESZ SIĘ:

- ✓ Jaki jest cel tutoring i kim jest tutor ?
- ✓ Co wyróżnia tutoring spośród innych metod i jakie korzyści z niego płyną ?
- ✓ Jak pracować na talentach i zasobach ?
- ✓ Jak tutoring wpływa na uczenie się i motywację podopiecznych ?
- ✓ Jak rozpoznać mocne strony ucznia i jakie narzędzia do tego wykorzysta ?
- ✓ Jak tutoring wpływa na poczucie własnej wartości podopiecznego ?
- ✓ Jak budować plany i programy osiągnięcia celów i je monitorować ?

5. Interpersonalny zawrót głowy

Czy dostrzegasz na co dzień, w jaki sposób komunikujemy się?

Przypomina to czasami paplaninę i słowotok, ale my jesteśmy przekonani, że mówimy w sposób przekonujący.

Żeby było jeszcze bardziej zabawnie, jesteśmy głęboko przekonani, że mamy rację.

Czy byłeś kiedyś ofiarą czyjegoś gadania, które wsparte na krzyku i machaniu rękoma, miało cię przekonać, że ktoś inny pozjadał wszystkie rozumy i bawi się twoją uległością?

A może to ty, w przekonaniu, że masz monopol na prawdę, reagowałeś zbyt hałaśliwie na czyjeś argumenty?

PIERWSZY CYKL :

- ✓ Czym jest komunikacja interpersonalna (międzyludzka) w ogóle?
- ✓ Jakie są cele komunikacji?
- ✓ Czym jest aktywne słuchanie?
- ✓ Jak wyrażać emocje i uczucia w komunikacji?

DRUGI CYKL :

- ✓ Język ciała- co mówi i co podpowiada?
- ✓ Gesty, mimika, artykulacja, przestrzeń, dystans.
- ✓ Mowa i ciało- harmonia wypowiedzi, adekwatność wypowiedzi
- ✓ Niewerbalne sygnały wyrażające ciepło i chłód w relacjach z innymi.

CHCESZ TO ZMIENIĆ?

Może pragniesz **komunikować się** z innymi w taki sposób, żeby **być wysłuchanym, zrozumianym** i mieć ogromną satysfakcję z takiego **dialogu** z drugim człowiekiem?

JEŚLI TAK, TO TE WARSZTATY
SĄ DLA CIEBIE!

Proponuję **trzy cykle** naszych spotkań.
Każde z nich obejmuje **trzy godziny zajęć**.

TRZECI CYKL :

- ✓ Jakie bariery tworzymy w komunikacji z innymi?
- ✓ Dwanaście barier
- ✓ Nasze kompleksy i lęki w relacjach z ludźmi.
- ✓ Jak się pozbyć barier komunikacyjnych?

6. Adolescencja - trudna podróż przez wiek dorastania

Okres dojrzewania wśród młodych ludzi przypomina burzliwą podróż do pełnej dojrzałości.

To nie tylko huśtawka emocjonalna i burza hormonów, bunt młodzieńczy.

To również nierówna walka z dorosłymi o własną, indywidualną autonomię.

Nie ma tu żadnej pomyłki, kiedy pojawia się słowo "walka".

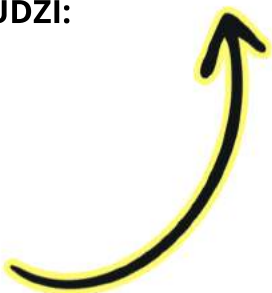
Dorośli, dość często zapominają, że młody człowiek toczy boje, nie tyle z nimi, co z ich wyobrażeniem o dojrzewaniu. Czasami wydaje się, że brak nam dorosłym wiedzy o podstawowych mechanizmach związanych z adolescencją.

Może należałoby zmienić sposób myślenia o młodych ludziach i zamiast negacji podjąć się trudu ich zrozumienia? Pomóc im pokonać tę dramatyczną drogę, poprzez wsparcie i towarzyszenie?



TEMU MA SŁUŻYĆ CYKL DWÓCH SPOTKAŃ,
NA KTÓRY SERDECZNIE ZAPRASZAMY
RODZICÓW, NAUCZYCIELI.
OBEJMUJE ON ŁĄCZNIE
SZEŚĆ GODZIN SPOTKAŃ.

PODCZAS NASZYCH SPOTKAŃ JESTEŚMY GOTOWI PODJĄĆ WRAZ Z PAŃSTWEM KILKA WYZWAŃ ZWIĄZANYCH Z OKRESEM DOJRZEWANIA WŚRÓD MŁODYCH LUDZI:

- ✓ Mechanizmy okresu dojrzewania.
 - ✓ Autonomia i nowa aksjologia w życiu młodego człowieka.
 - ✓ Zaburzenia wieku dojrzewania, lęki i fobie.
 - ✓ Co się dzieje gdy młody człowiek sięga po narkotyki?
 - ✓ Samookaleczenia i myśli samobójcze.
 - ✓ Czy można zaradzić autodestrukcyjnym zachowaniom wśród niektórych nastolatków?
- 

7. DZIEŃ DOBRY PANIE STRESIE - JEST PAN NIEPROSZONYM GOŚCIEM

Wiele lat temu niejaki Selye- kanadyjski naukowiec-napisał sztandarowe dzieło „Stres okiełznany”. Zawarł w nim istotne treści dotyczące stresu, mechanizmów powodujących stres, i przestrzegał nade wszystko, aby owego nieproszonego gościa nie lekceważyć. W dzisiejszych czasach, stres towarzyszy nam na co dzień, w życiu prywatnym, zawodowym, na ulicy, w sklepie, w szkole. Stał się wiernym towarzyszem naszego życia. Co zrobić, żeby zmniejszyć dolegliwości związane z doświadczaniem sytuacji kryzysowych, a może jak poradzić sobie w definitywnej walce ze wszędobylskim stresem?

TEN WARSZTAT WYCHODZI NAPRZECIW POTRZEBIE TYCH, KTÓRZY CHCĄ UPORZĄDKOWAĆ SWOJE ŻYCIE, **MINIMALIZUJĄC DOKUCZLIWE SKUTKI STRESU.** PROPONUJEMY PAŃSTWU CYKL **DWÓCH SPOTKAŃ, PO TRZY GODZINY KAŻDE.**

W ramach wykładu i warsztatów, zajmiemy się z następującymi kwestiami:

- ✓ Czym jest stres?
- ✓ Fizjologiczne i psychologiczne aspekty stresu.
- ✓ Stres pozytywny (eustres) i stres negatywny (distres).
- ✓ Stadia występowania stresu.
- ✓ Stres pourazowy.
- ✓ Sposoby radzenia sobie ze stresem.

8. PUBLICZNE WYSTĄPIENIA – ZNAKOMITY SPOSÓB NA POKONYWANIE NIEŚMIAŁOŚCI

Kiedy poprosimy kogoś o publiczne wystąpienie, przed garstką ludzi lub tłumem przed sceną, paraliżuje nas niemoc, zawstydzenie, a nasza powszechnie znana odwaga, ukrywa się za kulisami.

Czujemy się bezsilni wobec audytorium. Nie taki diabeł straszny jak go malują – możemy o tym Państwu zapewnić. Wystarczy kilka spotkań, żeby pokazać, wzmocnić i przekonać o słuszności tezy, że i my potrafimy przeobrazić się z nieśmiałyh w odważnych mentorów.

NASZ CYKL, DOTYCZĄCY WYKŁADÓW I WARSZTATÓW
OBEJMUJE **TRZY SPOTKANIA PO TRZY GODZINY, KAŻDE.**

CO MOŻEMY PAŃSTWU ZAOFEROWAĆ?

NIC BARDZIEJ PROSZSZEGO, JAK TO CO PONIŻEJ:

- ✓ Kim jestem i po co tu jestem?
- ✓ Jak mówić, żeby nas słuchali?
- ✓ Aspekty dobrego wystąpienia.
- ✓ Czego unikać, a co podkreślać?
- ✓ Publiczne wystąpienia (warsztat).



9. Autorski projekt Pauliny Kiwały i Zbigniewa Izdebskiego **„CO WIEMY, A CZEGO NIE CHCEMY WIEDZIEĆ O NASZYCH DZIECIACH? ”**

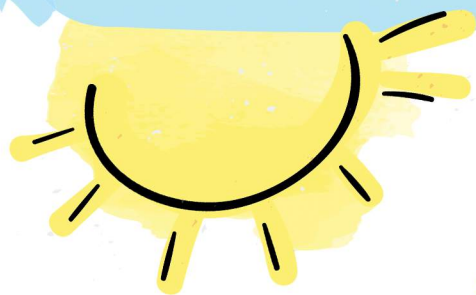
Adresatem tegoż projektu są **rodzice młodzieży z klas siódmych i ósmych szkół podstawowych** i ponadpodstawowych.
Celem projektu jest uświadomienie rodzicom, jak wrażliwymi i wartościowymi osobami są ich dzieci:



- ✓ Co komunikują i czemu nie są wysłuchane?
- ✓ Co skrywają pod skorupą obojętności lub agresywnych zachowań?
- ✓ Jak do nich dotrzeć?
- ✓ Czemu jedni sięgają po narkotyki, a inni samookaleczają się?
- ✓ Dlaczego dorośli tylko słyszą co do nich mówią dzieci, a nie potrafią ich słuchać?

PYTAŃ O PODOBNEJ TREŚCI MOŻNA MNOŻYĆ W NIESKOŃCZONOŚĆ.
JEŚLI SĄ PAŃSTWO ZAINTERESOWANI I ZATROSKANI O SVOJE DORASTAJĄCE DZIECI,
PROPONUJEMY **TRZY CYKLE SPOTKAŃ, PO DWIE GODZINY KAŻDE.**
WYBÓR NALEŻY DO PAŃSTWA!





10. KREATYWNY WEEKEND- DLA KAŻDEGO KTO NIE STOI W MIEJSCU

To weekendowe warsztaty, które pomagają nie tylko poznać samego siebie, ale służą przede wszystkim rozwojowi wszystkich uczestników, bez względu na wiek.

Kreatywne weekendy mają już swoją tradycję. Od pięciu lat prowadzone są w Zespole Szkół we Wroniu. Pomysłodawcą jest pedagog szkolny Zbigniew Izdebski.

Dobrym duchem i współprowadzącą jest Paulina Kiwała.

Co trzy miesiące prowadzimy warsztaty dla młodzieży z Zespołu Szkół we Wroniu, Liceum Ogólnokształcącego w Wąbrzeźnie, w towarzystwie grupy młodzieży z Młodzieżowego Ośrodka Socjoterapii w Olsztynie. Dzieją się magiczne rzeczy, jak mówią młodzi ludzie, uczestniczący w tych warsztatach od piątkowego popołudnia do niedzieli. Podejmujemy nie tylko problemy związane bezpośrednio z rozwojem młodego człowieka, jego kreatywnością i potrzebą zmian, ale również proponujemy zupełnie nowe zagadnienia, o których nigdy nie dowiedzą się w szkole.



Adresatem Kreatywnych weekendów jest młodzież z klas siódmych i ósmych szkół podstawowych oraz szkół ponadpodstawowych, jak również rodzice, nauczyciele, pedagodzy szkolni, urzędnicy instytucji państwowych.

- ✓ ILOŚĆ MIEJSC JEST OGRANICZONA. MOŻEMY PRZEPROWADZIĆ WARSZTATY DLA 25 OSÓB W JEDNYM CYKLU.
- ✓ KREATYWNE WEEKENDY DLA WZMIANKOWANYCH POWYŻEJ OSÓB SĄ ODPŁATNE.
- ✓ PONADTO UCZESTNICY PRZYWOŻĄ ZE SOBĄ WŁASNY PROWIAN I ŚPIWORY.
- ✓ DO DYSPOZYCJI UCZESTNIKÓW SĄ POKOJE Z ŁAZIENKAMI, PRYSZNICEM I TOALETAMI.



10. KREATYWNY WEEKEND- DLA KAŻDEGO KTO NIE STOI W MIEJSCU

PORZĄDEK SPOTKAŃ :

PIĄTEK

(godziny popołudniowe)

- ✓ przyjazd uczestników
- ✓ omówienie warsztatów i podpisanie kontraktu
- ✓ wieczorna prezentacja treści warsztatów

SOBOTA

- ✓ warsztaty na wybrane tematy
- ✓ wieczorne podsumowanie

NIEDZIELA

- ✓ ciąg dalszy warsztatów
- ✓ podsumowanie całości warsztatów

KREATYWNE WEEKENDY DOTYCZĄ OSOBISTEGO ROZWOJU I PRACY W GRUPIE!

11. Relacje międzyludzkie w imadło agresji i przemocy

Wydaje się słusznym i pewnym, stwierdzenie, że każdy z nas doświadczył w swoim życiu choćby jednorazowego aktu przemocy czy agresywnej reakcji ze strony innych. Rodzi się pytanie, czy tkwi w nas jakaś prymitywna siła, nakazująca tak właśnie reagować- za pomocą przemocy i agresji- czy jest to po prostu zachowanie patologiczne, dewiacyjne i większość z nas powinna się leczyć? Tego nie wiem. Wiem natomiast, że żyjemy w czasach gdzie eskalacja przemocy i agresywnych zachowań wpisuje się w codzienny krwiobieg. Moja propozycja dotycząca agresji i przemocy, nie wynika z jakiejś akademickiej potrzeby zreferowania tych zjawisk i problemów. Wynika ona z pewnej bezsilności i przerażenia, że świat w którym żyjemy daje nam zgodę na takie zachowania. Ten warsztat, wykład czy szkolenie- nazwa nie ma tu żadnego znaczenia- jest odpowiedzią na pytanie: co możemy z tym zrobić, jak zareagować, jak uchronić swoje dzieci przed bestialskim atakiem ze strony tych, którym się wydaje, że są władcami naszych uczuć, emocji i mogą czynić z nami, co w ich mniemaniu jest słuszne.

**TEN WARSZTAT, KTÓRY PAŃSTWU,
PROPONUJEMY, NIE JEST KOLEJNĄ
PRZYSTAWKĄ DO OBIADU.
JEST PO PROSTU REAKCJĄ NA TO
CO SIĘ WOKÓŁ NAS DZIEJE.**



PROPONUJEMY PAŃSTWU **CYKL TRZECH SPOTKAŃ PO 2 GODZINY.**
WSPOMNIANY CYKL OBEJMUJE NIŻEJ WYMIENIONE ZAGADNIENIA:

- ✓ Czym jest agresja?
- ✓ Rodzaje agresji
- ✓ Czym jest przemoc?
- ✓ Rodzaje przemocy?
- ✓ Jak reagować na sytuacje przemocowe?

12. SZANTAŻ EMOCJONALNY- SPOSÓB NA ŻYCIE CZY ZABAWA W PSYCHOPATĘ?

Jestem głęboko przekonany, że niejednemu z nas zdarzyło się w życiu kogoś zaszantażować. Jakkolwiek byłoby to błahe, nieistotne z punktu widzenia nas samych, to mimo to, pewien mechanizm we współżyciu z innymi został uruchomiony. Jak się wtedy czuliśmy? Mieliśmy z tego satysfakcję, a nasz bilans zysków wzrósł? Ten rodzaj iluzji, czasami sprawia, że ludzie mogą odczuwać przewagę nad innymi, mieć poczucie chwilowej władzy, ale w konsekwencji stają się nałogowymi graczami, dla których wygrana i postawienie na swoim staje się jedynym celem w życiu. Brzmi to jak jednostka chorobowa, i w tej materii najlepiej by się wypowiedział psychiatra. Nie jestem nim, ale mogę wraz z Tobą, zastanowić się, czym jest szantaż emocjonalny i jak nie dać się pognębić potencjalnemu szantażyście. Moja propozycja wydaje się oczywista.

**WARSZTAT DOTYCZĄCY SZANTAŻU EMOCJONALNEGO,
OBEJMUJE 3 GODZINY**

OTO KRÓTKA LISTA TEGO, CO MOŻEMY RAZEM PRZEPRACOWAĆ
I WYSNUĆ DLA SIEBIE KORZYSTNE WNIOSKI:

- ✓ Cechy szantażu emocjonalnego.
- ✓ Kim jest szantażysta i jego narzędzia szantażu?
- ✓ Sposoby reagowania na szantaż.

13. Asertywność - potrzeba czy zabawa na niby?

Spotkałem kiedyś na ulicy pewnego młodego człowieka, który zachował się w stosunku do starszej osoby dość niegrzecznie. Zapytałem go, nie tyle o powód zaczepki co o jego samopoczucie. Brzmi to nieco paradoksalnie, ale w tamtej chwili takie właśnie pytanie przyszło mi do głowy. Z pewnością w głosie, zakomunikował mi, że jest bardzo asertywny. To ciekawe, pomyślałem, i zadałem mu kolejne pytanie- czym jest asertywność. Wiecie co odpowiedział? Właśnie to, to znaczy, że jego zachowanie było asertywne. Jeżeli większość ludzi myśli, że taki rodzaj postawy jest asertywnością, to muszę coś z tym zrobić. Ten nieco banalny przykład, ale za to prawdziwy, pozwala mi podzielić się z innymi- z Tobą również- tym, jak zrozumieć ASERTYWNOŚĆ, i jak ją odróżnić od zachowań agresywnych, zaczepnych i konfliktogennych.

PIERWSZA SESJA :

- ✓ Zdefiniowanie trzech życiowych postaw i omówienie ich:

- ✓ agresywnej
- ✓ uległej
- ✓ asertywnej

DRUGA SESJA :

- ✓ Asertywności w życiu codziennym

TRZECIA SESJA:

- ✓ Asertywności w środowisku pracy

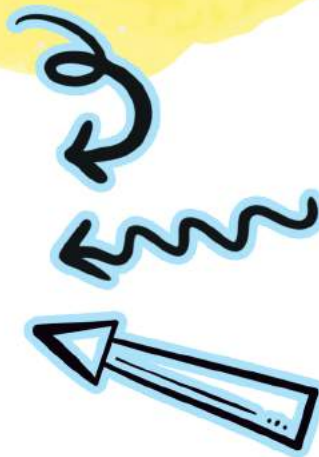
JEŚLI CIĘ PRZEKONAŁEM
do wspólnego spotkania na temat
asertywności, to nie pozostaje mi nic
innego, jak zaproponować Ci
DWIE SESJE PO 3 GODZINY
na wspomniany przeze mnie temat.

14. KONFLIKTY - SPOSÓB NA PRZETRWANIE CZY CHOROBA UMYŚŁU?

Czy jesteśmy w stanie uniknąć konfliktów w relacji z innymi? Wydaje się to niemożliwe z prostego powodu. Większość z nas, nie jest skłonna do pogodzenia się z faktem, że inni mogą mieć rację. Stawiamy na swoim, nie dlatego, że przemawia za nami logika i argumentacja, ale często wydaje się nam, że w oczach innych możemy się skompromitować, szukając kompromisu albo przyznając rację drugiej osobie. Ta nieco paranoiczna ilustracja pokazuje nam dobitnie, że konfliktowanie się, szukanie kozłów ofiarnych, jest drogą donikąd.

Cenzorem naszych zachowań, i ostatecznie sędzią wydającym stosowny wyrok, pozostajemy zawsze my sami. Czy warto budzić w innych strach, klócić się w imię jakiejś chorobliwej zasady, która niweczy jakiegokolwiek wysiłki, aby porozumieć się z innymi? Odpowiedź wydaje się oczywista. Temu właśnie chcemy poświęcić nasze spotkanie. Temu chcemy się przyjrzeć i pochylić nad palącym problemem codzienności.

JEŚLI JESTEŚ GOTÓW **ZMIENIĆ COKOLWIEK**
W SWOIM ŻYCIU, I NAUCZYĆ SIĘ **JAK ŻYĆ**
Z INNYMI W BEZKONFLIKTOWEJ PRZESTRZENI,
TEN WARSZTAT JEST DEDYKOWANY TOBIE.



Spotkanie obejmuje **trzy godzinną sesję** wspólnego poszukiwania dobrej komunikacji bez konfliktów. Ale zacząć musimy od nich, a przynajmniej od ich zdefiniowania. Moja propozycja jest bardzo prosta, jak sam się przekonasz. Co Ci proponuję? :

- ✓ **Czym jest konflikt?**
- ✓ **Jakie są rodzaje konfliktów?**
- ✓ **Postawy ludzkie wobec konfliktów.**
- ✓ **Sposoby rozwiązywania konfliktów.**

15. TUTORING: INNOWACYJNA METODA ROZWIJANIA KREATYWNOŚCI I SAMODZIELNEGO MYŚLENIA

Zajęcia prowadzone indywidualnie lub w małych grupach, przeznaczone są dla uczniów. Współpraca z tutorem ma na celu rozwój osobisty i zawodowy.

WYRAŻ SIĘ W ŻYCIU PO SWOJEMU



JEŚLI...:

- ✓ MASZ PRZED SOBĄ WAŻNE, ŻYCIOWE DECYZJE DO PODJĘCIA,
- ✓ DRŻĄ CI RĘCE, NOGI, SERCE WALI JAK MŁOT, A RĘCE POCAŁ SIĘ NA SAMĄ MYŚL O MATURZE, PRACY DYPLOMOWEJ LUB O DECYZJI WYBÓR PRZYSZŁEGO MIEJSCA PRACY I NIC NIE POMAGA,
- ✓ SZUKASZ POMYSŁÓW NA EFEKTYWNĄ MOTYWACJĘ DO NAUKI I DZIAŁANIA,
- ✓ MASZ POCZUCIE, ŻE CZAS BIEGNIE ZNACZNIE SZYBCIEJ NIŻ JESZCZE MIESIĄC TEMU, A TY NADAL NIE WIESZ CZEGO CHCESZ LUB NIE WIESZ JAK TO ZROBIĆ,
- ✓ CZUJESZ JAKĄŚ IRYTACJĘ, LĘK I PRZERAŻENIE,
- ✓ BOISZ SIĘ, ŻE NIE DASZ RADY I ZAWIEDZIESZ INNYCH, NIE WIERZYSZ W SIEBIE, MASZ WRAŻENIE, ŻE NIE ZDĄŻYSZ LUB, ŻE NIE WIESZ,
- ✓ NIE MASZ NA NIC CZASU POZA NAUKĄ,
- ✓ NIE WIESZ CO ROBIĆ PO MATURZE LUB STUDIACH,
- ✓ CHCESZ ROZWINĄĆ SVOJE KOMPETENCJE, NP. RADZIĆ SOBIE ZE STRESEM, SWOBODNIE WYSTĘPOWAĆ NA FORUM, LEPIEJ SIĘ KOMUNIKOWAĆ Z INNYMI, STAWIAĆ GRANICE, BYĆ BARDZIEJ ZDETERMINOWANYM/A;
- ✓ MASZ PLAN, POMYSŁ – TYLKO NIE WIESZ JAK GO WCIELIĆ W ŻYCIE,
- ✓ CHCESZ SIĘ ROZWIJAĆ, ZOBACZYĆ SWÓJ POTENCJAŁ, ODKRYĆ SVOJĄ PASJĘ,
- ✓ CHCESZ POLEPSZYĆ JAKOŚĆ RELACJI W SVOIM ŻYCIU I CZUĆ, ŻE PRAWDZIWIE PRZYNALEŻYSZ DO GRUPY FAJNYCH LUDZI...



SŁOWEM, JEŚLI CZEGOŚ **NIE OGARNIASZ W ŻYCIU, SZKOLE, NA STUDIACH LUB CHCESZ FAJNIE ŻYĆ**

(czytaj w zgodzie ze sobą, pasjami) i nie wiesz jak to zrobić -
zapisz się na TUTORING ROZWOJOWY



16. Coaching

*Zajęcia prowadzone indywidualnie lub w małych grupach, przeznaczone są dla uczniów i nauczycieli.
Współpraca z coachem ma na celu rozwój osobisty i zawodowy.*

Coaching to praca nad realizacją Twoich celów – osobistych i zawodowych.
To analiza dotychczasowych osiągnięć, sposobu działania, posiadanych przez Ciebie zasobów jako punkt wyjścia do poszukiwania możliwości i rozwiązań:
słowem – wszystkiego, co pomoże Ci zrealizować cel.

COACHING JEST TEŻ
**UŁOŻENIEM PLANU
DZIAŁANIA**
I ZMOTYWOWANIEM CIĘ DO
TEGO, ABYŚ NIE TRACIŁ NIM
ZAINTERESOWANIA W
CODZIENNYM BIEGU.

EFEKTY NIE SĄ WIDOCZNE OD RAZU,
NIE WYSTARCZY BOWIEM JEDNA
GODZINA LUB DZIEŃ. **COACHING
TO PROCES**, KTÓRY SKŁADA SIĘ
Z KILKU LUB KILKUNASTU SPOTKAŃ
Z COACHEM, KTÓRE SĄ TWOIMI
KOLEJNYMI KROKAMI NA DRODZE
DO OSIĄGNIĘCIA CELU.

Chcesz przekonać Cię **czym w praktyce
jest coaching?**

Zapraszam Cię na sesję, na której doświadczysz
coachingu i **zdecydujesz, czy to coś dla Ciebie :)**

