

ZASTAVIMO SI SMELE CILJE V 2021 IN ZA NAPREJ

Kako s coaching orodji priti do pravih poslovnih in osebnih odločitev ter načrtov za prihodnost - z Natalie Cvikl Postružnik, Danajo Postružnik, Gorazdom Postružnikom in Dubravko Rebernak

MODUL 1

1. Kolo življenja
2. Letno postavljanje ciljev
3. ABC metoda ciljev
4. Analiza vrednot in integritete
5. Matrica priorit
6. Moje področje vpliva
7. Osebna swot analiza
8. Identificiraj svoja skrita močna področja in jih uporabi
9. EFT tehnika
10. Raziskovanje priorit
11. Feed-forward ali feed-back?
12. Cilji srečanj med vodjo in zaposlenimi

MODUL 2

13. Členjenje problema na obvladljive enote
14. Dnevnik s samoanalizo
15. Moji »energijski vampirji«
16. Gremlini – delčki naše osebnosti, ki nas ovirajo
17. Odkrivanje omejujočih vzorcev
18. Vodena meditacija
19. VEM tehnika – opustim, začnem, nadaljujem
20. Seznam stvari, ki jih ne bom več počel
21. Prijetna in neprijetna opravila

MODUL 3

22. Cona udobja in kako iz nje
23. Razstrupljevalec odnosov
24. Ven iz zataknjenega stanja (SWISH, NBG)
25. Odkrivanje tihih strahov
26. Spremljanje uresničevanja zastavljenih ciljev
27. Gestalt – v čevljih drugega
28. Dihalne vaje za osredotočenost in ravnovesje
29. Meta ogledalo – tehnika za izboljšanje odnosov z drugimi
30. Časovna linija moje kariere (osebnega življenja)

Datumi: 17. december 2020, 7. januar 2021 in 28. januar 2021

Začetek: ob 9. uri, zaključek: ob 14. uri

Način izvajanja: on line