

MOCNY LIDER NA TRUDNE CZASY

Warsztat budowania odporności psychicznej

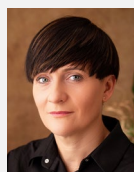


Zapraszamy do udziału w wyjątkowym, jedynym w swoim rodzaju, warsztacie budowania odporności psychicznej kadry menedżerskiej. Warsztat oparty jest na pracy nad sobą i swoimi zasobami, samopoznaniem się ze swoimi słabościami aby w konsekwencji świadomie zarządzać zespołami.

Autorkami warsztatu i prowadzącymi są:



Katarzyna Twardowska jest psychologiem wojskowym z ponad 20-letnim doświadczeniem zawodowym. Od 7 lat jestem związana z wojskami specjalnymi, gdzie jest odpowiedzialna między innymi za proces rekrutacji i doboru najlepszych kandydatów oraz ich szkolenie. Posiada doświadczenie w interwencji kryzysowej oraz szkoleniach z zakresu problematyki S.E.R.E. (psychologia przetrwania). Specjalizuję się w diagnozowaniu osobowości i temperamentu. Jest certyfikowanym terapeutą Biofeedback.



Magdalena Sobczyk jest psychologiem, socjoterapeutą, terapeutą biofeedback oraz certyfikowanym negocjatorem w sytuacjach kryzysowych. Ma ponad 20-letnie doświadczenie w pracy w szeroko pojętej pomocy psychologicznej, w tym interwencji kryzysowej z ofiarami katastrof i sytuacji nadzwyczajnych. Wieloletnie doświadczenie zawodowe zdobywała pracując jako psycholog i negocjator w jednostkach specjalnych policji i wojska. Wiedzę w tym zakresie zdobywała uczestnicząc w kursach i szkoleniach specjalistycznych w kraju i zagranicą.

Na czym polega warsztat i co otrzymasz?

Warsztat został podzielony na 3 części, które obejmują testy psychologiczne oraz indywidualną ich interpretację, w tym indywidualne sesje coachingowe z psychologiem, do tego część wykładową, gdzie uczestnicy otrzymują porcję wiedzy opartej na studium przypadków, a także część wyjazdową – warsztat w terenie.

Część I

Ta część spotkań związana jest z diagnozą osobowości w kontekście odporności i wytrzymałości na sytuacje trudne (świadomość własnych zasobów), podsumowana indywidualną sesją coachingową z psychologiem. Każda z uczestniczek będzie miała indywidualne spotkanie. Tę część zakończy spotkanie warsztatowo-wykładowe online, na którym porozmawiam o odporności, wytrzymałości, radzeniu sobie w sytuacjach trudnych.

Część II

To część warsztatowo-wykładowa, realizowana online, w trakcie której będziemy rozmawiać o przywództwie. Grupa zostanie zapoznana ze specyfiką stylów zarządzania, będzie też czas na wymianę doświadczeń własnych i omówienie preferowanych sposobów zarządzania. Kontynuacją spotkania będzie indywidualna diagnoza oraz sesja coachingowa związana ze stylami przywództwa.

Część III

To ostatni etap w naszym warsztacie, zwińczający całość. To wyjazdowe warsztaty, na których uczestniczki doświadczą możliwości pracy z poznanymi technikami, będą miały możliwość sprawdzenia własnej odporności psychicznej w realnych warunkach związanych z deprivacją psychiczną. Skonfrontujemy wspólnie poziom naszego myślenia o odporności z rzeczywistym funkcjonowaniem w sytuacji trudnej psychicznie.

Nazwa	Data	Godzina / Formuła
Rozpoczęcie warsztatu, wprowadzenie i zapoznanie z programem	30.01.2023	Online 16.00 – 17.00
Test MTQ-48 – badanie odporności psychicznej	31.02.2023 - 03.02.2023	Wypełnienie testu online
Konsultacje indywidualne - omówienie raportu MTQ-48 oraz wskazówki do pracy indywidualnej	08.02 - 17.02.2023 Dzień przed umówioną konsultacją zostanie przesłany do Uczestniczki raport indywidualny MTQ-48– do samodzielnego zapoznania się.	Sesje indywidualne online (od 1 do 1,5 godz.)
Odporność - wykłady	08.03.2023	15.00 – 18.00
Przywództwo - wykłady	05.04.2023	15.00 – 18.00
Test ILM-72 – modele przywództwa	11.04.2023 - 14.04.2023	Wypełnienie testu online
Konsultacje indywidualne – omówienia raportu ILM72 indywidualnie	15-26.05.2023 Dzień przed umówioną konsultacją zostanie przesłany do Uczestniczki raport indywidualny do samodzielnego zapoznania się.	Sesje indywidualne online (od 1 do 1,5 godz.)
Warsztat wyjazdowy	31.05 - 4.06.2023 lub 15.06 - 18.06.2023 (czwartek – niedziela)	warsztat w terenie
Zakończenie programu	04.06.2023 lub 18.06.2023	

MOŻLIWOŚCI UDZIAŁU

Program przeznaczony jest dla liderek i menedżerek z branży TSL, które mają co najmniej 3-letnie doświadczenie zawodowe w zarządzaniu zespołami lub przedsiębiorstwami.

Koszt udziału w Programie, obejmujący: wykłady, testy MTQ-48 i ILM72, konsultacje indywidualne oraz udział w warsztacie wyjazdowym (w Bieszczadach) wraz z zakwaterowaniem i wyżywieniem (cena nie zawiera dojazdu na warsztaty) wynosi **6 800PLN +23% VAT**

Zgłoszenia przyjmowane będą do 26 stycznia 2023 r. Liczba miejsc ograniczona.

KONTAKT



Beata Trochymiak
autorka i organizatorka Forum Kobiet w Logistyce
tel. 535 448 544
e-mail: forum@kobietywlogistyce.pl



RESILIENCE