

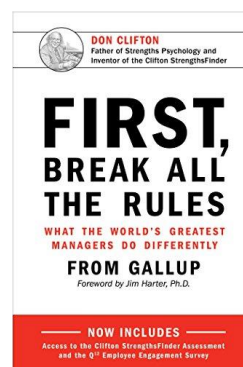
ЗАЈАКНУВАЊЕ НА СРЕЌАТА И БЛАГОСОСТОЈБАТА

2 – Дневна програма



Зарем не би било супер кога секој тимски член би бил среќен!? Според „Gallup Engagement Index,, помалку продуктивни тимски култури, и како резултат, помал тимски ангажман, се креација на помалку среќни менаџери, додека поголем тимски ангажман, како резултат на чувство на благосостојба и идентично лично моделирање се карактеристика на оние посреќните. Па, кој би сакале да сте вие? Базирана на моделот Беркли, програмата во прилог, нуди оптимизација на благосостојба и индивидуална среќа, како помош при создавање на посреќна тимска култура.

Зајакнување на среќата и благосостојбата



Теми

- + Вовед во позитивна психологија и култура на предности
- + Потреба за колективна и лична благосостојба
- + Разбирање и обликување на карактеристиките на сопствената среќа
- + Здрава емоционална регулатива и нездрава емоционална обработка
- + Зајакнат колучник за среќа при меѓучовечки односи
- + Студии за среќа и рефлектирање
- + Добро лично управување за благосостојба со останатите
- + План за лична благосостојба

Цел на програма

- 1 Свест за потребата од инсталација на чувство за благосостојба во тимот
- 2 Проучување на наука за среќа и проценка на сопствено среќно коло
- 3 Вештини за среќа и избор за благосостојба
- 4 Премин од нездрава ЕИ кон здрава емоционална регулација во тимот
- 5 Креација на план за интегрирање на алатки, техники и придружни принципи за функционирање на тимот

Времетраење

2 Дена

#СРЕЌА – ЕДИНСТВЕНОТО НЕШТО ШТО СЕ МУЛТИПЛИЦА КОГА СЕ ДЕЛИ.

Распоред на програма

ДЕН 1

Позитивна психологија

- + Идентификација на карактеристики на среќа
- + Среќа и благосостојба
- + Вредности за среќа
- + Проценка на среќа

Преку умствен тренинг до среќа

- + Техники и вештини
- + Психолошка сигурност
- + Размислувања за среќа

Култура на благосостојба

- + Внимание тимски стапици
- + Избор и мајндсет
- + Речник за среќа
- + Посреќни врски преку среќа
- + PERMA модел

ДЕН 2

Правила за соработка

- + Одржување одговорност
 - + Научи да кажеш „НЕ„
 - + Место во синцир на вредности
- Контрола врз сопствената среќа
- + Креирање на слика

+ Од емоционална обработка до емоционална регулација

- + „Јас„ преиспитување
- + Отстранување на неасертивни видови

Пресонален план за среќа

- + Просторно прицврсување
- + Моја среќа 'Pecha Kucha'
- + Протокол за тренинг за среќа

More information

If you would like to discuss any one of our programs please contact us.

T +389 71 39 19 59

E info@doortraining.mk