

PROGRAM SZKOLENIA

EFEKTYWNA KOMUNIKACJA INTERPERSONALNA I WSPÓŁPRACA W ZESPOLE

SZKOLENIE 2-DNIOWE



CO NAS WYRÓZNIĄ ?



GRUPA SZKOLENIOWA SOLBERG SP. Z O.O.

O NAS

- 10 lat doświadczenia Grupy Szkoleniowej SOLBERG
- pasja do rozwoju i szkoleń
- bogaty zespół trenerski, mający niesamowity bagaż doświadczeń, wiedzy
- trenerzy posiadający ponad 20letnie doświadczenie w biznesie
- tysiące godzin na salach szkoleniowych
- dbałość o każdego klienta

OBSZAR SZKOLEŃ


Jako Grupa Szkoleniowa SOLBERG Sp. z o.o. zapewniamy pełne wsparcie również w zakresie szkoleń dedykowanych "szytych na miarę" wzmocnienia umiejętności

- **pionów handlowych** m.in. w obszarze sprzedaży, negocjacji, obsługi klienta, umawiania spotkań
- **kadry kierowniczej/ managerskiej** m.in. w obszarze zarządzania zespołem, motywowania, delegowania zadań, kreatywnego rozwiązywania problemów, planowania
- **interpersonalnych** m.in. w obszarze komunikacji interpersonalnej, radzenia sobie ze stresem i emocjami, zarządzania sobą w czasie, asertywności, efektywności osobistej
- **zarządzanie projektami**
- **komputerowych**, np. Excel, MS Office
- **prawnych**, np. KPA
- **social media i działania marketingowe**
- RODO, Nowy Polski Ład, Czas pracy kierowców itp., aspekty prawne
- pierwsza pomoc
- **testy**, np. MTQ48, DISC, FRIS, MPA-Master Person Analysis
- zapobieganie mobbingowi
- szkolenia dla hoteli i restauracji
- szkolenia dla administracji
- szkolenia dla placówek medycznych, np. rejestrator medyczny

SOCIAL MEDIA

 <https://www.facebook.com/GrupaSzkoleniowaSolberg>

 @solberg_szkolenia

 @grupaszkoleniowasolberg

NAPISZ DO NAS

biuro@solberg-szkolenia.pl

(33) 300 31 45

www.solberg-szkolenia.pl

Wysoka jakość

Warsztatowy charakter szkoleń

Co możemy zaproponować:

Bez względu na rozmiar firmy oraz jej strukturę Twoje przedsiębiorstwo dzięki naszym szkoleniom zwiększy swoją efektywność w wybranym obszarze. Nasz zespół zapewni Ci najlepsze wsparcie.



Szkolenia otwarte

Dla pojedynczych osób w firmie
Wymiana doświadczeń
Kameralne grupy szkoleniowe
Terminy wg harmonogramu
Wyślij 1-5 osób



Szkolenia zamknięte

Dla całego zespołu/ działu/ firmy
Dostosowane do Twojej firmy
Termin, temat do uzgodnienia
Lokalizacja- wybrana przez Ciebie
Pomagamy w organizacji hotelu



Wyjazdy integracyjne

Nagroda dla pracowników,
motywacja, poprawa relacji
Szkolenie + integracja
Unikalne programy wyjazdów
Kompleksowa realizacja usługi

W jakiej formie pracujemy:



Webinary



Testy



Gry szkoleniowe



Szkolenia stacjonarne



Szkolenia online



Konsultacje/ szkolenia indywidualne 1 na 1

Wybierz odpowiednią formę dla Twojej firmy i zwiększ kompetencje w wybranym obszarze.

Z chęcią znajdziemy odpowiednie rozwiązania dla Ciebie i Twojego zespołu.

Wyślij zapytanie

 biuro@solberg-szkolenia.pl



www.solberg-szkolenia.pl

EFEKTYWNA KOMUNIKACJA INTERPERSONALNA I WSPÓŁPRACA W ZESPOLE

CZAS TRWANIA: 2 DZIEŃ 16 H

KORZYŚCI

Dzięki szkoleniu uczestnicy:

- Uświadomią sobie znaczenie umiejętności porozumiewania się i jej wpływu na budowanie relacji międzyludzkich.
- Nauczą się wykorzystywać zasady poprawnej komunikacji niewerbalnej w budowaniu marki własnej/ autorytetu.
- Pozną techniki zadawania efektywnych pytań oraz korzyści z aktywnego słuchania
- Nauczą się świadomego zarządzania komunikacją werbalną i niewerbalną,
- Zdobędą praktyczne umiejętności udzielania konstruktywnej informacji zwrotnej
- Zapoznają się z zasadami asertywnej komunikacji
- Zapoznają się z przyczynami powstawania stresu, jego następstwami oraz możliwościami jego redukcji w szybki i skuteczny sposób
- Wprowadzą działania mające na celu podniesienie satysfakcji zawodowej pracowników

METODOLOGIA

Dużym atutem naszych szkoleń jest ich praktyczny, interaktywny charakter oraz nowoczesne aktywne metody warsztatowe:

- warsztat grupowy
- prezentacja multimedialna
- dyskusje grupowe
- ćwiczenia, testy

Warsztatowy charakter szkolenia umożliwi uczestnikom zdobycie niezbędnej wiedzy oraz pozyskanie konkretnych umiejętności praktycznych. Zasadą pracy będzie wspólne wypracowywanie rozwiązań.

Feedback ze strony trenera będzie miał charakter motywujący, otwierający na rozwój.

UCZESTNICY

Pracownicy sektora – specjaliści, pracownicy biurowi, kierownicy liniowi, kadra zarządzająca, pracownicy mający kontakt z klientem zewnętrznym i wewnętrznym.

Dla osób, które pragną polepszyć swe umiejętności komunikowania się z innymi oraz chcą wykorzystać w sposób świadomy umiejętności komunikacyjne do budowania współpracy z innymi, indywidualnie i w pracy zespołu.

Dzień 1: Efektywna komunikacja interpersonalna

MODUŁ 1: EFEKTYWNE KOMUNIKOWANIE SIĘ ŹRÓDŁEM SUKCESÓW W BUDOWANIU RELACJI

Znaczenie komunikowania się w budowaniu relacji

Efektywna komunikacja a „bariery” komunikacyjne

Komunikacja to nie tylko słowa, jak wykorzystać świadomie przekaz niewerbalny

Jak się porozumieć, gdy nie ma „chemii” Czym są style komunikowania? Ich znaczenie w efektywnej współpracy zespołu

Autodiagnoza własnego stylu komunikacyjnego. Macierz zachowań i reakcji a styl osobowościowy

MODUŁ 2: KOMUNIKACJA WERBALNA VS. KOMUNIKACJA NIEWERBALNA

Anatomia wypowiedzi

Słowa niosą moc – co mówić, aby nas słuchano

Wykorzystanie języka wpływu i perswazji

MODUŁ 3: AKTYWNE SŁUCHANIE

Znaczenie słuchania – zasady rządzące aktywnym słuchaniem.

Sztuka zadawania pytań – siła DOBRYCH pytań w komunikacji.

Korzyści z zadawania pytań.

Pytania jako metoda zbierania informacji oraz radzenia sobie z trudnymi sytuacjami.

Prowadzenie rozmów poprzez zadawanie pytań.

MODUŁ 4: ASERTYWNA KOMUNIKACJA W KONTAKTACH INTERPERSONALNYCH

Czym jest asertywność?

Asertywne wyrażanie oczekiwań – komunikat JA.

Egzekwowanie własnych praw i ustanawianie granic psychologicznych.

Metody mówienia NIE w ujęciu asertywnym

Nierealne żądania. Obrona przed szantażem, manipulacją i agresją.

Jak skutecznie kontrolować rozmowę?

Asertywna komunikacja bez nieporozumień. Informacja zwrotna i inne komunikaty asertywne .

PROGRAM

Dzień 2: Komunikacja i współpraca w zespole

MODUŁ 1: SYTUACJE TRUDNE I KONFLIKTOWE I SPOSOBY ICH ROZWIĄZYWANIA

skąd się biorą konflikty i jak im zapobiegać
rodzaje sytuacji trudnych i konfliktowych
analiza i sposoby rozwiązania konfliktów w praktyce

MODUŁ 2: ROLA INFORMACJI ZWROTNEJ W KOMUNIKACJI INTERPERSONALNEJ I BUDOWANIU RELACJI

Dobra” i „zła” informacja zwrotna – cechy.
Jak udzielać motywującej informacji zwrotnej w trudnych sytuacjach
Krytyczna informacja zwrotna
Pochwały i okazywanie uznania – jak to działa na innych.

MODUŁ 3: KOMUNIKACJA W ZESPOLE

Role zespołowe
Określenie cech efektywnych zespołów
Relacje wpływają na cały zespół
Doceniaj wysiłki- zauważaj starania
Asertywna komunikacja w kontaktach ze współpracownikami

MODUŁ 4: TWORZENIE, ROZWÓJ I WZMACNIANIE WSPÓŁPRACY ZESPOŁOWEJ

Różnice między grupą ludzi, a zespołem,
Cele, zadania – perspektywa indywidualna i zespołowa
Kompetencje miękkie w budowaniu siły zespołu: cierpliwość, asertywność, kreatywność...
Filary efektywnej pracy zespołowej,
Zagrożenia w budowaniu siły zespołu,
Moja rola i pozycja w zespole i jego wpływ na wynik końcowy,
Małe rzeczy o wielkim znaczeniu – uważność, feedback, zmienność

TERMINY



[Terminy w harmonogramie](#) <- kliknij

Możliwość realizacji szkolenia zamkniętego
(lokalizacja, termin do uzgodnienia)- wyślij zapytanie

INWESTYCJA



szkolenie STACJONARNE i ONLINE 1590 zł netto / os + 23 % VAT

Cena obejmuje:

- udział w 2-dniowym szkoleniu,
- materiały szkoleniowe,
- karty pracy,
- skrypt poszkoleniowy / e- book,
- dyplom ukończenia szkolenia,
- ankietowe badanie potrzeb uczestnika
- obiad oraz przerwy kawowe*

*dotyczy szkolenia stacjonarnego

ZGŁOSZENIA



Celem zgłoszenia udziału poproszę o wybranie dogodnej dla Państwa formy zgłoszenia:

[POBIERZ
KARTĘ
ZAMÓWIENIA](#)

[WYPEŁNIJ
FORMULARZ ONLINE](#)

[WYŚLIJ E-MAIL](#)
(DANE UCZESTNIKA, DANE DO
FV, TEMAT, TERMIN
LOKALIZACJA SZKOLENIA)

KONTAKT



Grupa Szkoleniowa S O L B E R G Sp. z o.o.

tel: +48 (33) 300 31 45
e-mail: biuro@solberg-szkolenia.pl

tel: +48 (22) 390 52 45
e-mail: szkolenia@solberg-szkolenia.pl

NIP: 5482753596,
REGON: 526172863

REFERENCJE

Najlepszym dowodem najwyższej jakości usług oraz wysokiej skuteczności działań GRUPY SZKOLENIOWEJ SOLBERG są opinie naszych Klientów.

Zaufali nam m. in. :

 **Pekabex**

 **Grupa MP Mosty**

 Agencja Restrukturyzacji
i Modernizacji Rolnictwa

 **Wawel**

 **mostostal**
kraków

 **Śnieżka**

 **EATON**
Powering Business Worldwide

 **PAYTEL**

 **thyssenkrupp**

 **Frigo Logistics**
Part of Nichirei Holding Holland

 **ANIRO**

 **SGB**
Bank Spółdzielczy
w Pruszczu Gdańskim

 **buszrem.s.a.**

 **ebicom**

 **VITBIS**
szklane bombki choinkowe

 **FCA**
OPTYKA NA BIZNES

 **PGNiG**

 **BaniA**
HOTEL

 **panek**

 **PKP**
POLSKIE KOLEJE PAŃSTWOWE
Spółka Akcyjna

 **KRAJOWA SZKOŁA SĄDOWNICTWA I PROKURATURY**

 **AC**

 **FELDER**
GROUP

 **bp**

Zobacz więcej... -
ROZWIŃ