

## **Tematika**

### **1. előadásnap Ön és emberismeret**

Ismerd meg önmagad és másokat. Ahhoz, hogy másokat megértsünk és megismerjünk ahhoz önmagunkat szükséges először ismerni. DiSC alapú személyiségek megismerése, elemzése és azok alapján saját magunk és mások besorolása. DiSC on-line kérdőív kitöltése önköltségi alapon, 20 perces egyéni visszajelzés gratisz.

*Előadó: Gáti Levente*

### **2. előadásnap Kommunikáció**

A kommunikáció első alapszabálya, hogy érts meg a másikat a második, hogy értesd meg magad. A különböző személyiségtípusok különböző kommunikációs igényűek. Ezek megismerése és gyakorlati használata javítja a megértést és a hatékony munkavégzést.

*Előadó: Gáti Levente*

### **3. előadásnap Asszertivitás**

Hogyan valósítsam meg önmagamot úgy, hogy elérjem a célomat, megtartsam a magam és mások függetlenségét.

*Előadó: Porpáczy Éva*

### **4. előadásnap Energiagazdálkodás és delegáció**

Az idő az egyik leginkább korlátozott erőforrásunk. Hogyan lehet megteremteni és fenntartani a Munka-Magánélet Egyensúlyt (MME), mi a delegáció, hogyan és kinek delegáljunk?

*Előadó Papp Eszter*

### **5. előadásnap Stressz kezelés, kiegész**

Mik a stressz forrásai, hogyan tudom azt csökkenteni? Milyen módszereket kínál a pszichológia?

*Előadó: Ifj Serényi János*

### **6. előadásnap On-line kommunikáció és brandépítés**

Fontos a megkülönböztetés ahhoz hogy a legjobban el tudjuk magunkat, cégünket adni. Mi a brand, milyen lehetőségek vannak a brand építésre akár vállalati, akár személyes szinten. Hogyan pozicionáljuk magunkat és a vállalatunkat az interneten (vállalati honlapok, blogok, közösségi oldalak), mire érdemes figyelni és erőforrásokat fordítani az online kommunikáció és reklám (hagyományos hirdetések, ppc-kampányok, közösségi médiás megjelenések, seo) során?

*Előadó: Király Béla*

### **7. előadásnap Szakértőből vezető, coaching és mentoring**

Számos esetben, amikor valaki jól végzi munkáját annak elismeréseként kiemelik és vezető lesz. Számos kihívással kell azonban szembenézni, mint pl hogyan tudom elfogadtatni magam, mint vezetőt a korábbi kollégákkal? Honnan tudom, hogy „elszállt velem a ló”? Mi a különbség a fogalmak között és mi a háttértartalom. Ki a coaching szemléletű vezető? Hogyan válhatok, váljak coaching szemléletűvé? Hogyan mentoráljak?

*Előadó: Skonda Mária*

**8. előadásnap** Tárgyalástechnika és prezentáció

Hogyan tudom megismerni mit szeretne a másik fél? Mit jelent a win – win és egyáltalán megvalósítható-e a gyakorlatban? Mi a prezentáció? Milyen formái vannak? Ki határozza meg, hogy a hallgatóság mit fog hallani egy prezentáció alatt? Mitől jó egy prezentáció?

*Előadó: Gáti Levente / Ifj Serényi János*

**9. előadásnap** Célkitűzés és tervezés

Hogyan lehet meghatározni mi a cél. Cél vagy Álom? Milyen lépéseket kell megtenni? Hogyan tervezzek, mik segíthetik a tervezést?

*Előadó: Gáti Levente*

**10. előadásnap** Csapat kialakítsa és csapattal való együttműködés

Egyedül nem megy... - Kern-Garas után szabadon. Milyen csapatot építsek? Hogyan dolgozzak csapattal? Honnan tudom, hogy van egy csapatom?

*Előadó: Gáti Levente*