

3-urna IZKUSTVENA DELAVNICA

Povezovanje in sproščanje skozi zavedanje in kreativnost

NAMEN in CILJI DELAVNICE

1. POVEZOVANJE TIMA

Globalje spoznavanje in boljše razumevanje sodelavcev. Večja empatija in sočutje do sebe in sodelavcev. Učinkovitejše sodelovanje ob različnosti na kreativen način.

2. REGULACIJA STRESA

Dvig vitalne energije za uspešno odpravljanje ovir na delovnem mestu. Učinkovito uporabljanje energije izvirajoče iz stresa s samo-regulacijo. Osvajanje tehnik centriranja za pomiritev in koncentracijo.

3. ZAVESTNA KOMUNIKACIJA

Produktivno izražanje svojih potreb, mnenj in čustvenih stanj. Asertivna komunikacija za kreiranje ustvarjalnih rešitev. Razvoj kreativnosti in fleksibilnosti pri komuniciranju.

4. PRAKTIČNO USVAJANJE MEHKIH VEŠČIN ZA SODOBNI SVET

Ponotranjanje alternativnih virov moči. Samo-motivacija kot vir osebnostnega leadershipa. „Human 2 human“ odnosi na delovnem mestu.

METODE DELA:

ČUJEČNOST ∞ IGRALSKA IMPROVIZACIJA ∞ PSIHOEDUKACIJA

KONTAKT IN VEČ INFO



info@intiniti.si,
+386 41 238 552



anna@terapevt.net,
+386 30 401 031

IZVAJALKI:



Urška Merljak

www.intiniti.si



Anna Zuykova

www.terapevt.net