



ТРЕНИНГ

ЗАЖГИТЕ СВОЙ МАЯК (С)

ПРОГРАММА

Знакомство и Введение

Изменения – новая константа. Бурлящий поток, хаос, потеря ориентиров.
Деловая игра.

Модуль 1

Установки в условиях идеального шторма: «Строим маяк».

1. Эмоции и естественное поведение.

2. Расставание с иллюзиями: боль и радость

3. Полноценный человек

a. Виктор Франкл: Человек в поисках смысла, свобода выбора.

b. Маяк – на что стоит ориентироваться? Мнения других людей, ценности, принципы?

c. Что делает человека полноценным? Модель «Постоянного совершенствования» Стивена Кови. Гармония Я и Мы - собственного развития и развития жизненно важных отношений в социуме.

d. Социальные роли - фокус на важном.

Упражнение: цели в ролях «Чего я хочу НА САМОМ ДЕЛЕ?»

e. Концепция «круга забот» и «круга влияния».

Упражнение: «Что в вашем Круге Влияния?»

Изменения

Иллюзии

Эмоции

Поведение

Модуль 2

Действия в условиях идеального шторма: «Зажигаем маяк».

1. Что сбивает с пути, мешает фокусироваться на главном?

Упражнение: «Что сбивает с пути?»

2. Противоестественное поведение. «Думай медленно, решай быстро. Взаимодействие в условиях идеального шторма: «Ведём на маяк».

3. Сохранение фокуса: Матрица приоритетов.

Упражнение: «Большие камни II Квадрата»

Модуль 3

Взаимодействие в условиях идеального шторма: «Ведём на маяк».

1. Как помочь тем, кого мы ценим? Работа с «историями» и обеспечение безопасности.

2. Практикум применения инструментов создания безопасности для подготовки и взаимодействия с важными для вас людьми в трудных ситуациях.

Итоги и Заключение

