

Program webinarium

„Asertywność jako klucz do zwiększenia osobistej efektywności oraz skuteczności w biznesie”

12 kwietnia 2022 r. godz. 10:00 - 14:00

- Asertywność w biznesie – fakty i mity asertywności
- Komunikacja asertywna – najważniejsze reguły
- Asertywne wyrażanie własnych oczekiwań, opinii, przekonań, emocji
- Stawianie granic, stanowczość i odmawianie
- Udzielanie i przyjmowanie informacji zwrotnej w sposób asertywny
- Asertywne stawianie celów – jasne ich określanie i komunikowanie
- Odporność psychiczna i dbanie o dobrostan w pracy
- Konsultacje z uczestnikami