

# Kívül-belül flow

**A külső támogatja a belsőt vagy a belső a külsőt?**

**Mi úgy gondoljuk, hogy minkét irány működik!**

Bármelyik úton is indulsz, találkozni fogsz az Új Önmagaddal!

Mindketten pályamódosítók és újrakezdők vagyunk, amiben sok belső és külső munka van.

Abban van tapasztalatunk, hogy olyan személyeket, mint Te konkrét eszközökkel támogassuk a megújulásban kívül és belül.

**Ez a program Rólad szól!**

Januárban indul a 6 alkalmas program, mely hozzásegít ahhoz, hogy stílusosan, magabiztosabban, önazonos módon érd el a céljaidat – mindezt egy inspiráló, támogató közegben.

**Csatlakozz Te is! Szeretettel várunk!**



**A program vezetői:**

**Kovács Orsolya – Yurkov**  
Nemzetközi stílustanácsadó

**Juhász Tünde - Flow**  
szervezettefejlesztési tanácsadó, tréner, coach



# Program az újjászületésről

*Mi az, amivel gazdagabb leszel a program végére?*

- ✓ Konkrét eszközrendszert kapsz, hogy kommunikációd magabiztosabb és hitelesebb legyen
- ✓ Válaszokat kapsz mozgatórugóidra, hogy tudd a mérteket és változtatni tudj, ha akarsz
- ✓ Feltérképezzük munícióidat, amelyek erőt adnak céljaid elérésében
- ✓ Szakértő támogatást kapsz, hogy magabiztosan eligazodj a színek, fazonok, stílusok tengerében, hogy a számodra legmegfelelőbb kombinációkat válaszd
- ✓ Hozzásegít az egyéni stílusod kialakításában, hogy könnyedén fejezd ki a valódi éned.
- ✓ Mindezt egy inspiráló és támogató közegben

Ez a program személyre szabott, Te vagy a központban, hogy nagyobb önbizalommal, rugalmasabban, kreatívabban éld a mindennapjaidat és stílusos utakon érd el céljaidat!



YURYKOV



# Program paletta

A programot úgy állítottuk össze, hogy az egynapos alkalmak során fél napot a külsőddel, és fél napot a belsőddel fogunk foglalkozni.

**Alapprogram** (azoknak ajánljuk, akik még nem vettek részt a Yurkov Stílusalapozó programján)

- ✓ Yurkov: Stílusalapozás: a színek
- ✓ Flow: Alap kommunikációs modul. Mi az, ami hat a kommunikációmra? Verbális és non-verbális eszköztáram. Vajon ilyen hatást váltok ki a környezetemből?

## 1. Fazonok, testalkatok, DISC visszajelzés

- ✓ Yurkov: Fazonok, testalkatok, szabásvonalak, szettek felpróbálása
- ✓ Flow: Viselkedésem jellemzői: egyéni DISC visszajelzés.

## 2. Erőforrásaink, tervezés

- ✓ Yurkov: Ruhatár: alapidarabok, kombinációk, a gardrób kialakítása.
- ✓ Flow: Amit otthonról hozunk...Hogyan hatnak ezek a reakcióinkra? Gátjaink, motorjaink a mindennapi működésünkben. Komfortzóna elhagylak! Egyéni konkrét célkitűzésed.



# Program paletta

## 3. Stílusprofil magabiztosan

- ✓ Yurkov: Egyéni stílusprofil felépítése személyiség archetipusokon alapuló teszt alapján.
- ✓ Flow: Voice-coaching – „előadói attitűd” a mindennapokban, Storytelling – a főszerepben Te magad vagy!

## 4. Üzleti öltözködés, karizma

- ✓ Yurkov: az üzleti öltözködés szabályai, fontosabb dress-code-ok
- ✓ Flow: a karizmatikus viselkedés jellemzői. A Te karizmád.
- ✓ Összefoglalás

## Utókövetés

- ✓ Sikertörténeteid, tapasztalataid megosztása, ünneplés 😊
- ✓ Mentori korrekció
- ✓ Útravaló

A modulok között a témákhoz kapcsolódó feladatok mélyítik, rögzítik és gyakorlatba teszik a tanultakat.



YURKOV



# A programról

**Neked szól**, ha szeretnél új nézőpontból rálátni mindennapi működésedre, lendületet, inspirációt, megoldást keresel egyéni stílusod kialakításához.

## Időpontok:

- ✓ Alapprogram - 2023.01.19. - Yurkov Szalon
- ✓ 1. nap - 2023.02.02. - Yurkov Szalon
- ✓ 2. nap - 2023.02.16. - Flow Iroda
- ✓ 3. nap - 2023.03.02. - Flow Iroda
- ✓ 4. nap - 2023.03.16. - Flow Iroda
- ✓ Utókövetés (fél nap): 2023.04.13.

**Létszám:** minimum 4, maximum 8 fő

**A képzés díja** (helyszínnel + kávészüneti bekészítéssel):

**A 6 alkalom early bird\* díja:** 390.000 Ft + ÁFA

**Az 5 alkalom (Alapprogram nélküli) early bird\* díja:** 340.000 Ft + ÁFA

**A 6 alkalom díja:** 590.000 Ft + ÁFA

**Az 5 alkalom (Alapprogram nélküli) díja:** 550.000 Ft + ÁFA

\* Regisztráció és első részlet befizetése 2023. január 3-ig.



YURKOV



# A program felépítése

## Alapprogram

Yurkov: Stílusalapozás  
Flow: Alap kommunikációs modul

DISC  
kérdőív

Színek  
gyakorlat

## 1. Fazonok, testalkatok, DISC visszajelzés

Yurkov: a Te szettjeid. Megoldások  
Rád szabva a gyakorlatban.  
Flow: Viselkedési stílusok: DISC  
profilod

Csináld  
másképp!

Fazonok  
gyakorlat

## 2. Errőforrásaink, tervezés

Yurkov: Ruhatár kialakítása  
Flow: Gátló és bátorító tényezőink.  
Komfortzóna. Konkrét céloom.

Komfort-  
zóna  
feladat

Gardrób  
gyakorlat

# A program felépítése

## 3. Építkezés: Stílusprofil, Magabiztos kommunikáció

Yurkov: Saját stílusprofilod megtervezése

Flow: Saját hangod megtalálása  
– Voice coaching, Storytelling  
– Te vagy a főhős!

Kreatív írás

Stílusprofil gyakorlat

## 4. Üzleti öltözködés, Karizma

Yurkov: az üzleti öltözködés szabályszerűségei

Flow: Használd a karizmád!

Közös zárás


Célod –  
lépésről  
lépésre

A „Nagy”  
stílus  
gyakorlat

## 5. Utókövetés

- ✓ Sikertörténeteid, ünneplés
- ✓ Tapasztalatok megosztása
- ✓ Mentori korrekció
- ✓ Útravaló

# Rólunk mondták

- \* *"...ÉS A LEGJOBB, hogy tilosban álltam meg, jött a RENDŐR, és azért nem büntetett meg, mert cukin nézek ki."*(Horváth Szilvia, 45)
- \* *"Egy kincset kaptunk, amit mindenki a saját életére, az élethelyzeteire és a saját kis világára formálhat."*
- \* *"A testalkat elemzés még csak pár hete volt, de már most egy csomó impulzus vásárlástól mentett meg engem is és a pénztárcámat is."*  
(Böhm Pató Anikó, testalkat elemzés és gardróbrendezés)
- \* *Az online testalkat elemzéstől sokkal többet kaptam, mint vártam. Egy lelket és szellemet szoknyába rázó folyamatba kerültem. Era csodaországban. Köszönöm ." (P. Erika, online testalkat elemzés)*
- \* *"Köszönöm az önfeledt alkotó, befelé néző percekét, órákat, a remek ötleteket, gondolatokat, felfedezéseket!"*
- \* *"Megláttam olyan dolgokat, helyzeteket, amit korábban nem."*
- \* *„Valódi tudást adott!”*
- \* *Abszolút hiánypótló információ dömping egy remek hangulatú előadás keretében."* (Prohászka Ádám)

