

# Használd a karizmád!

**Tudatosítsd a személyes hatóerődöt és figyeld,  
hogyan alakítja a fejlődésed a személyes kapcsolataidat!**

A program vezetője:

Juhász Tünde



# Tanulási eredmények

## *Amit a résztvevők megtanulnak a program során*

- felismerik a karizmával kapcsolatos hiedelmeiket, megismerik a karizma fogalmát
- képesek lesznek növelni, erősíteni a másokra tett hatásukat
- tudatosítják saját erősségeiket a karizmat illetően
- tudatosabban lesznek jelen a számukra fontos helyzetekben a mindfulness módszerének segítségével
- felismerik, hogy mik azok a belső akadályozó tényezők, amik visszafogják a karizmájuk hatását, és mik azok a segítő eszközök, módszerek, amelyek által erősíthető a karizma
- mindezen témák mentén jobban megismerik saját magukat, mások tükrén keresztül is.

## *Kiket várunk / kiknek szól?*

Akik emberekkel dolgoznak és/vagy fontos számukra, milyen hatást gyakorolnak másokra, illetve vezetőket, akik szeretnének karizmatikusabbak lenni vezetői szerepükben.

**Időtartam:** 2x1 nap

**Időpont:** 2023.05.16. és 05.23.

**A képzés díja:** 195.000,- Ft + ÁFA / fő

(a díj tartalmazza a helyszín és ellátás költségeit)



# A program felépítése

- ▶ *Elköteleződés, tanulási motiváció serkentése*
- ▶ *Elméletek, koncepciók, modellek megtanítása*
- ▶ *Készségek fejlesztése és gyakorlás*
- ▶ *Eredmények megszilárdítása*

## Online ráhangolódás

## 1. nap

## 2. nap

## Online utókövetés

- ▶ Saját cél megfogalmazása
- ▶ Videó a karizmáról
- ▶ Karizma próba 😊

- ▶ Megérkezés, bizalomépítés
- ▶ Milyen első benyomást alakítok ki?
- ▶ A karizma fogalma
- ▶ Karizmával kapcsolatos hiedelmeink
- ▶ Erősségek feltérképezése
- ▶ Hátráltató tényezők megismerése

- ▶ Segítő eszközök a karizma egyes elemeinek erősítésére
- ▶ Inspiráló karizmatikus történetek
- ▶ Mindfulness gyakorlatok a jelenlét erősítésére
- ▶ Erőgyűjtés – a saját erőnk felfedezésére
- ▶ Konkrét tippek és trükkök a karizma növelésére
- ▶ Egyéni visszajelzések a saját hatásunkra – egyéni akcióterv készítés

- ▶ Karizma próba 2
- ▶ Inspiráló videó a karizmáról
- ▶ Kapcsolattartás a csoporttal