

AUTOKREACJA- CZYLI BUDOWANIE POŻĄDANEGO WIZERUNKU SIEBIE W OCZACH INNYCH

PROGRAM AUTORSKI - DR KAMILI PAWŁOWSKIEJ

■ INFORMACJE OGÓLNE

- ✓ Czas trwania warsztatu – 20 godzin.
- ✓ Miejsce realizacji – dowolne, istnieje możliwość przeprowadzenia warsztatu na terenie całej Polski.
- ✓ Liczba osób w grupie – od 8 do 14.
- ✓ Warsztat może być prowadzony dla konkretnej grupy osób, objętej np. działaniami projektów dofinansowanych ze środków UE (priorytetów VI-IX) w zakresie: aktywizacji społeczno-zawodowej, podnoszenia kwalifikacji, kompetencji, przekwalifikowania, outplacementu, samozatrudnienia, powrotu na rynek pracy.
- ✓ Cena warsztatu: bezpłatne dla uczestników warsztatu, zaś płatne poprzez organizację/instytucję/ firmy realizujące projekty dofinansowane ze środków UE.
- ✓ Uczestnik warsztatu otrzyma: materiały szkoleniowe, wyniki testów psychologiczno-zawodowych wraz z interpretacją psychologiczną, certyfikat ukończenia warsztatu.

■ UCZESTNICZY

Warsztat skierowany jest do osób, które chciałyby poznać tajniki wywierania wpływu i wrażenia, poprzez świadome kreowanie własnej osoby. Odbiorcami warsztatu powinny być osoby stojące przed wyzwaniami zawodowymi tj.: rozmowa kwalifikacyjna, wystąpienie publiczne, rozmowa z szefem o zmianę warunków pracy lub płacy, bądź przygotowujące się do innej rozmowy negacyjnej (warsztat ma szerokie zastosowania, dlatego może być prowadzony również w innym kontekście niż zawodowy).

■ CEL WARSZTATU

Celem warsztatu jest poznanie własnych, nawykowych sposobów prezentowania siebie oraz ćwiczenia umiejętności panowania nad wywieranym przez siebie wrażeniem tak, by osiągnąć założony sukces autoprezentacyjny. Warsztat obejmuje zagadnienia związane ze zrozumieniem i tworzeniem wizerunku własnej osoby nakierowanej na kreację danej roli a przez to wywierania zamierzonego wpływu na innych.

■ METODY PRACY

Warsztat będzie prowadzony za pomocą aktywnych metod, z wymaganiami zaangażowania po stronie każdego uczestnika. Każda z osób otrzyma materiały szkoleniowe oraz zestaw testów wskazujących na poziom kreatywności oraz nagranie z własnej auto-prezentacji auto-kreacji.

Do realizacji warsztatu zostaną wykorzystane narzędzia tj.: kamera video, aparat fotograficzny, rzutnik, ekran.

■ KORZYŚCI Z UDZIAŁU W WARSZTACIE

- ✓ Poznanie siebie (określenie własnego wizerunku i dążeń do tworzenia nowego wizerunku).
- ✓ Uzyskanie większej świadomości wywieranego przez siebie wrażenia i kontroli wizerunku własnej osoby, zarówno w sytuacjach zawodowych, jak i prywatnych.
- ✓ Umiejętność wykorzystania świadomości siebie w tworzeniu założonego przez siebie wizerunku.

■ PROGRAM WARSZTATU

Wprowadzenie do zagadnień autokreacji

- ✓ Autokreacja – dekoracja i fasada osobista.
- ✓ Psychologiczna analiza zjawiska autokreacji i jego znaczenia dla rozwoju człowieka.
- ✓ Potrzeby, motywy i efekty autokreacji.
- ✓ Taktyki i strategie autokreacji „na co dzień” i na sytuacje „wyjątkowe”.

Tworzenie wizerunku własnej osoby

- ✓ Tworzenie własnego obrazu siebie.
- ✓ Co wiem o sobie, a co wiedzą o mnie inni? - moje lustrzane „ja”.
- ✓ Społeczny kontekst autokreacji - tworzenie wizerunku własnej osoby nakierowanej na kreację danej roli. Specyfikacja ról.

Auto-kreacja mojej nowej strony „ja”

- ✓ Stylizacja - przygotowanie wizualne.
- ✓ Trening świadomego wejścia w rolę.
- ✓ Odegranie ról indywidualnych przed kamerą.
- ✓ Informacje zwrotne włączające refleksje wszystkich uczestników grupy.

Auto-akceptacja Auto-kreacji

- ✓ Refleksje dotyczące wystąpienia publicznego w przyjętej roli.
- ✓ Akceptacja/odrzućenie nowości.
- ✓ Kreowanie nowych ról przyjętych przez grupę .
- ✓ Podsumowanie warsztatów: Autokreacja – dekoracja i fasada osobista.

■ TRENER

Warsztat prowadzony jest przez eksperta posiadającego specjalistyczną wiedzę z zakresu psychologii pracy, organizacji i zarządzania, w tym profesjonalnie zajmującego się przygotowaniem osób do rozmów kwalifikacyjnych i innych ważnych wydarzeń, gdzie ważne stają się umiejętności dotyczące autokreacji. Szczegółowe informacje w zakresie kwalifikacji, oraz doświadczenia znajdują Państwo w zakładce „o mnie” – dokumenty.

■ ZGŁOSZENIE - KONTAKT

Zainteresowane osoby lub organizacje realizujące projekty dofinansowane ze środków UE (lub innych dotacji) proszone są o wypełnienie formularza zgłoszeniowego, dostępnego w zakładce: kontakt, lub osobiste przesłanie zapytania na adres e-mail: biuro@catchfly.pl