

## **6. Eficienta personala**

### **Grup tinta:**

Acest training se adreseaza persoanelor/angajatilor care doresc sa isi imbunatateasca eficienta personala.

### **Obiectiv:**

Prin participarea la acest training, participantii se vor familiariza cu principalele tehnici de imbunatatire a eficientei personale.

In urma acestui training, participantii vor fi capabili sa foloseasca eficient calitatile personale si sa le adapteze la stilul celorlalte persoane.

### **Durata trainingului:**

Cu o durata de 2 zile, acest training ofera o viziune ampla asupra principalelor tehnici de imbunatatire a eficientei personala.

### **Tematica de parcurs a trainingului:**

- a) Metode de evaluare a eficientei personale**
- b) Comportamentele eficientei personale**
- c) Diferenta dintre eficienta personala si cea de grup**
- d) Factori de stres asupra eficientei personale**
- e) Stabilirea, obiectivelor si prioritatilor – primul pas spre eficienta personala**
- f) Metode de imbunatatire a eficientei personale**
- g) NLP – programarea neurolingvistica**

Oferta completa pentru participantii:

Let's get to know each other

Participarea la training – 2 zile, Jocuri de rol, Work-shop-uri

Cazare si masa

Coffee Break – 3 pauze

Suport de curs

Certificat de absolvire a cursului respectiv