



Referencje

28 listopada 2017r Pani Karolina Prusińska, z ramienia firmy 4GROW przeprowadziła w naszej firmie szkolenie jednodniowe z obszaru „Asertywność i obrona przed manipulacjami”.

Uczestnikami szkolenia było 13 pracowników firmy IGT.

Program szkolenia obejmował między innymi:

- fakty i mity na temat asertywności,
- różnice między zachowaniem asertywnym a nieasertywnym (czemu zachowujemy się ulegle lub agresywnie),
- prawa asertywne,
- budowanie pewności siebie potrzebnej do asertywności,
- 7 kroków skutecznego uruchamiania zachowania asertywnego,
- techniki asertywności: obrona własnych granic, asertywna odmowa, reagowanie na krytykę i atak, w tym autorskie narzędzia 4GROW,
- rozpoznawanie manipulacji a asertywne reagowanie na nią.

W ankiecie satysfakcji szkolenie otrzymało średnią ocenę ogólną 5 (w skali 1-5).

Uczestnicy w ankietach poszkoleniowych cenili:

- konkretne przykłady, konkretne techniki, które można stosować w życiu prywatnym i zawodowym,
- miłą atmosferę,
- szkolenie prowadzone w ciekawy sposób,
- dużo ćwiczeń,
- jasny, czywisty przekaz informacji,
- ciekawe tematy,
- kompaktowe materiały.

Współpraca z firmą 4GROW i trenerem Panią Karoliną Prusińską przebiegła sprawnie i profesjonalnie.

Niniejszym rekomendujemy firmę 4GROW i trenera Panią Karolinę Prusińską jako rzetelnego organizatora szkoleń.

Monika Majszyk-Rudy
HR Manager