



Centrum Innowacji
Prolearning MICHAŁ
KOŁODZIEJCZYK



Asertywność i radzenie sobie ze stresem w pracy

Numer usługi 2016/12/27/11943/29663

📍 Wrocław / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 0 h

📅 31.12.2016 do 31.12.2026

1 722,00 PLN brutto
1 400,00 PLN netto
0,00 PLN brutto/h
0,00 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria	Zdrowie i medycyna / Psychologia i rozwój osobisty
Minimalna liczba uczestników	1
Data zakończenia rekrutacji	30-12-2026
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	0

Cel

Cel edukacyjny

Celem szkolenia jest: praktyczne przećwiczenie technik negocjacyjnych, poznanie stylów negocjacyjnych, poznanie stylów komunikacji, poznanie i nauka kontroli emocji oraz technik wywierania wpływu, poznanie technik prezentacji

Kwalifikacje

Program

- Zachowania asertywne, agresywne i uległe, - co je wyróżnia,
- Moja mapa asertywności - autodiagnoza,
- Asertywna reakcja na krytykę,
- Asertywna odmowa - jak odmawiać skutecznie i bez naruszania relacji,
- Radzenie sobie z naciskiem i obrona własnych decyzji,
- Jak odpowiadać na zastrzeżenia i skargi klientów lub podwładnych,
- Asertywnie wobec szefa,
- Techniki asertywnego radzenia sobie z osobą zdenerwowaną - obrona przed atakiem werbalnym,
- Asertywne stawianie granic,

- Proszenie i reagowanie na prośby - jak to zrobić asertywnie

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 0

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
Brak wyników.					

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	1 722,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	1 400,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	0,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	0,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 0

Brak wyników.

Informacje dodatkowe

Informacje dodatkowe

Klientów indywidualnych prosimy o kontakt z Centrum Innowacji ProLearning, w celu uzyskania bieżącego harmonogramu szkolenia. Istnieje możliwość dostosowania się pod preferencje terminowe Klienta.

Adres

Wagonowa 2C/2

Wrocław

woj. dolnośląskie

Kontakt



Magdalena Płachytka

E-mail marketing@prolearning.pl

Telefon +48 508 913 532