

Lear Corporation Poland II Sp. z o.o. ul. Serdeczna 40, 43-100 Tychy
Oddział w Pruszkowie, 05-800 Pruszków, ul. 3-go Maja 8

Referencje – Szkolenie „Słowa w emocjach – zarządzanie emocjami i komunikacja interpersonalna”

Dorota Malczewska zrealizowała dla naszej organizacji szkolenie „Słowa w emocjach – zarządzanie emocjami i komunikacja interpersonalna”. Szkolenie odbyło się w dniach 10–11 września 2024 roku i zostało przeprowadzone z dużą dbałością o potrzeby uczestników oraz cele naszej organizacji.

Cel szkolenia:

Celem szkolenia było stworzenie dla uczestników możliwości pozyskania wiedzy z zakresu zarządzania emocjami, aby mogli świadomie wpływać na swój stan emocjonalny oraz lepiej rozpoznawać i rozumieć stany emocjonalne innych. W ramach warsztatów uczestnicy poznali również techniki komunikacji interpersonalnej, które wspierają budowanie porozumienia, nawet w trudnych sytuacjach.

Etapy realizacji szkolenia:

1. Badanie potrzeb przedszkoleniowych:

Proces rozpoczęto od przeprowadzenia anonimowej ankiety online. Jej analiza pozwoliła na dopasowanie założeń merytorycznych do realnych potrzeb uczestników i grupy.

2. Założenia merytoryczne szkolenia:

Szkolenie obejmowało kluczowe zagadnienia, takie jak:

- ✓ Definicja emocji – jak powstają emocje i jak wpływają na decyzje oraz zachowania.
- ✓ Samoświadomość emocjonalna – identyfikacja codziennych emocji oraz ich funkcji.
- ✓ Techniki rozpoznawania i zarządzania własnymi emocjami.
- ✓ Zrozumienie emocji i perspektyw innych ludzi w komunikacji interpersonalnej.
- ✓ Powiązanie emocji z potrzebami ludzkimi.
- ✓ Ćwiczenia praktyczne w oparciu o model „Mów za siebie” (NVC) oraz diagnozowanie potrzeb rozmówcy.

3. Raport poszkoleniowy:

Po zakończeniu szkolenia Dorota przygotowała i zaprezentowała raport podsumowujący, który zawierał rekomendacje dotyczące dalszego rozwoju uczestników oraz praktyczne wskazówki do wykorzystania w pracy zespołu.

Uczestnicy szkolenia docenili jego praktyczny charakter, dynamiczną formę oraz wysoką jakość przekazywanej wiedzy.

Z pełnym przekonaniem rekomendujemy współpracę z firmą ORTU a tym samym Dorotą Malczewską wszystkim organizacjom, które chcą wesprzeć swoich pracowników w rozwijaniu kompetencji zarządzania emocjami i komunikacji interpersonalnej.

Paulina Peterek

HR Manager



Lear Corporation Poland II Sp. z o.o.