

Zaprojektuj z nami sukces Twój i Twojej firmy!

Zapraszamy do zapoznania się z dostępnym w naszej ofercie harmonogramem cyklu szkoleniowego:

ABC ROZWOJU OSOBISTEGO

1



Źródło: <https://www.canva.com/>

Ostateczny zakres tematyczny zajęć jest przygotowywany w oparciu o diagnozę potrzeb szkoleniowych oraz Państwa oczekiwania.

Zapraszamy do kontaktu w celu doprecyzowania szczegółów realizacji usług. Szkolenia i usługi doradcze realizujemy komercyjnie, jak również w ramach dotacji z Unii Europejskiej (Baza Usług Rozwojowych) oraz KFS (Krajowego Funduszu Szkoleniowego).

Zespół Architektów Przedsiębiorczości by FLOW

Zaprojektuj z nami sukces Twój i Twojej firmy!

1. ABC ROZWOJU OSOBISTEGO

CEL EDUKACYJNY:

usługa rozwija wiedzę i umiejętności z takich obszarów jak komunikacja interpersonalna, a także przygotowuje do samodzielnego wyznaczania celów, prowadzenia rozmów handlowych, zarządzania czasem i sobą w czasie, zarządzania stresem, wykorzystywania narzędzi autocoachingu i technik kreatywnych, prowadzenia występów publicznych, a także obsługi social mediów i programu Excel.



Źródło: <https://www.canva.com/>

2

	ZAKRES TEMATYCZNY
1.	Komunikacja interpersonalna.
2.	Skuteczne wyznaczanie i osiąganie celów.
3.	Skuteczna rozmowa handlowa.
4.	Zarządzanie czasem i sobą w czasie.
5.	Zarządzanie stresem.
6.	Narzędzia autocoachingu.
7.	Trening kreatywności.
8.	Autoprezentacja i wystąpienia publiczne.
9.	Podstawy obsługi social mediów.
10.	Podstawy obsługi programu Excel.

Po zakończonym szkoleniu uczestnicy:

- ✓ definiują czym jest komunikacja interpersonalna i przekazują informację zwrotną zgodnie z omawianymi na szkoleniu technikami,
- ✓ wyznaczają cele zgodnie z technikami wyznaczania celów oraz monitorują ich realizację,
- ✓ prowadzą rozmowy handlowe z wykorzystaniem wiedzy o strukturze rozmowy handlowej,
- ✓ opisują techniki zarządzania czasem oraz wykorzystują je w codziennym życiu,
- ✓ definiują czym jest stres, opisują techniki zarządzania stresem i wykorzystują je w codziennym życiu,
- ✓ wykorzystują wybrane narzędzia autocoachingu,
- ✓ wymieniają wybrane techniki kreatywności i wykorzystują je na co dzień,
- ✓ prowadzą wystąpienia publiczne wykorzystując wiedzę z zakresu autoprezentacji,
- ✓ wykorzystują podstawowe funkcjonalności social mediów: Facebook, Instagram, Tik Tok.
- ✓ definiują i wykorzystują podstawowe funkcje Excela.

Zaprojektuj z nami sukces Twój i Twojej firmy!

- **DLA KOGO? - GRUPY DOCELOWE:** *wszystkie osoby zainteresowane zdobyciem podstawowej wiedzy i umiejętności z takich obszarów jak: komunikacja interpersonalna, skuteczne wyznaczanie i osiąganie celów, skuteczna rozmowa handlowa, zarządzanie czasem i sobą w czasie, zarządzanie stresem, narzędzia autocoachingu, trening kreatywności, autoprezentacja i wystąpienia publiczne, podstawy obsługi social mediów oraz podstawy obsługi programu Excel.*
- **FORMA ZAJĘĆ:** *zajęcia prowadzone w formie warsztatowej: 20% prezentacje i wykład trenera + 80% ćwiczenia indywidualne i zespołowe: dyskusja, odgrywanie ról, case study, gry i ćwiczenia szkoleniowe.*
- **MIEJSCE ZAJĘĆ:** *w zależności od indywidualnych ustaleń szkolenie może odbywać się w formie stacjonarnej oraz w formie online (usługa zdalna w czasie rzeczywistym).*
- **POMOCE DYDAKTYCZNE:** *Prezentacja Power Point, skrypty szkoleniowe, scenariusze ćwiczeń, treści video, nagrania rozmów.*
- **TRENERZY PROWADZĄCY:** *Ewelina Łuczyńska, Joanna Bogielczyk, Sebastian Cebula, Kamila Piekarniak, Mateusz Kobryn, Żaneta Mańka, Katarzyna Galas-Koba, Pierzchała Iwona, Sabina Gawleta, Tomasz Żelichowski, Anna Wołodko,*
- **BONUSY:** *zadania poszkoleniowe weryfikowane przez trenerów pomiędzy poszczególnymi zajęciami, dostęp do zamkniętej grupy na Facebooku: Architekci Przedsiębiorczości by FLOW: www.facebook.com/groups/467974071409388 oraz zamkniętej grupy na Messengerze z trenerami prowadzącymi zajęcia*
- **DODATKOWE USŁUGI WSPIERAJĄCE:**
 - ✓ Analiza CV i przygotowanie do rozmowy kwalifikacyjnej.
 - ✓ Sesje coachingowe.
 - ✓ Grupy mastermind.
 - ✓ Analiza skryptów/scenariuszy rozmów handlowych, maili.
 - ✓ Konsultacje poszkoleniowe.

Zaprojektuj z nami sukces Twój i Twojej firmy!

5. INNE TEMATY SZKOLEŃ DOSTĘPNE W NASZEJ OFERCIE:

NASZE OBSZARY SZKOLEŃ: SPRZEDAŻ I OBSŁUGA KLIENTA, ZARZĄDZANIE, UMIEJĘTNOŚCI OSOBISTE, MARKETING I SOCIAL MEDIA, SZKOLENIA DLA BRANŻY BEAUTY, SZKOLENIA INFORMATYCZNE, SZKOLENIA DEDYKOWANE DLA GRUPY WIEKOWEJ 50+

Zapraszamy do zapoznania się z innymi tematami dostępnymi u nas szkoleń!

1. MARKETING I SOCIAL MEDIA.	2. SZKOLENIA INFORMATYCZNE.
1.1. Facebook marketing dla marki i biznesu. 1.2. Facebook Ads – poziom podstawowy. 1.3. Instagram marketing dla marki i biznesu. 1.4. Tik Tok marketing dla marki i biznesu. 1.5. LinkedIn marketing dla marki i biznesu . 1.6. Budowanie marki osobistej w social mediach. 1.7. Podstawy obsługi programu Canva. 1.8. Canva dla zaawansowanych. 1.9. Canva w 2025 – nowe możliwości i kreatywne strategie. 1.10. Podstawy obsługi Chat GPT. 1.11. Nowoczesny biznes z AI – wykorzystaj potencjał sztucznej inteligencji. 1.12. Podstawy fotografii i fotografia na social media. 1.13. Podstawy copywritingu. 1.14. Storytelling w biznesie. 1.15. Podstawy e-mail marketingu. 1. 16. Strona internetowa jako wizytówka firmy – podstawy Wordpressa. 1.17. CapCut – podstawy montażu filmów w telefonie.	2.1. Podstawy obsługi Worda. 2.2. Obsługa Microsoft Excel (poziom podstawowy). 2.3. Obsługa Microsoft Excel (poziom średniozaawansowany). 2.4. Obsługa programu Excel (poziom zaawansowany). 2.5. Obsługa programu PowerPoint (podstawy). 2.6. Obsługa programów do komunikacji zdalnej oraz prowadzenia video rozmów. 2.7. Podstawy obsługi Narzędzi Google. 2.8. Cyberbezpieczeństwo dla pracowników biurowych. 2.9. Projektowanie wnętrz w programie CAD Decor Pro. Poziom podstawowy. 2.10. Tworzenie profesjonalnych prezentacji multimedialnych: PowerPoint oraz Prezi. 2.11. Power BI: analiza oraz wizualizacja danych.

Zaprojektuj z nami sukces Twój i Twojej firmy!

3. SPRZEDAŻ I OBSŁUGA KLIENTA.	4. ZARZĄDZANIE.
3.1. Rozmowa handlowa i podstawy sprzedaży. 3.2. Obsługa klienta i jej podstawowe standardy. 3.3. Podstawy negocjacji i wywierania wpływu. 3.4. Typy klientów i sposoby radzenia sobie z nimi. 3.5. Dosprzedaż produktów i usług. 3.6. Techniki sprzedaży, budowanie relacji z klientami, komunikacja w sprzedaży.	4.1. Zarządzanie zespołem - podstawy. 4.2. Efektywna komunikacja w zespole pracowniczym. 4.3. Przekazywanie informacji zwrotnej – podstawy. 4.4. Motywacja zespołowa – podstawy. 4.5. Rekrutacja i selekcja pracowników. Podstawowe zagadnienia. 4.6. Rozwiązywanie konfliktów zespołowych. Podstawowe zagadnienia.
5. KURSY – NOWE STANOWISKA PRACY.	6. UMIEJĘTNOŚCI OSOBISTE.
5.1. Pracownik biurowy. 5.2. Social Media Manager. 5.3. Wirtualna Asystentka/Wirtualny Asystent. 5.4. Pomoc nauczyciela w przedszkolu. 5.5. Rejestratorka medyczna/Rejestrator medyczny. 5.6. Pracownik działu sprzedaży/Sprzedawca. 5.7. Lider/koordynator zespołu. 5.8. Standardy Ochrony Małoletnich. 5.9. Podstawy żywienia człowieka – wprowadzenie do dietetyki. 5.10. Podstawy psychodietetyki. 5.11. Dietoterapia chorób cywilizacyjnych. 5.12. Projektowanie i dekorowanie wnętrz – teoria stylu, przestrzeni i harmonii. 5.13. Zostań projektantem kuchni – opanuj sztukę funkcjonalnego i pięknego projektowania.	6.1. Komunikacja interpersonalna. Podstawy. 6.2. Efektywność osobista. 6.3. Zarządzanie czasem i sobą w czasie. Podstawowe zagadnienia. 6.4. Zarządzanie stresem. Podstawy. 6.5. Trening kreatywności. 6.6. Trening wystąpień publicznych i autoprezentacji. 6.7. Udzielanie pierwszej pomocy dzieciom. 6.8. Udzielanie pierwszej pomocy dorosłym.

Zaprojektuj z nami sukces Twój i Twojej firmy!

7. SZKOLENIA DEDYKOWANE DLA GRUPY WIEKOWEJ 50+.

- 7.1. Podstawy obsługi social mediów.
- 7.2. E-senior: podstawy obsługi komputera.
- 7.3. E-senior: kompetencje cyfrowe przydatne w codziennym życiu.
- 7.4. E-senior bezpieczny w sieci.
- 7.5. Podstawy obsługi smartfona.
- 7.6. Korzystanie z e-usług.

6

W przypadku zainteresowania któryms z powyższych tematów/cykli szkoleniowych zapraszamy do kontaktu mailowego: kontakt@flow-szkolenia24.pl lub telefonicznego: 693 875 253 lub 512 093 957!

