

---

## 80500000-9 Servicii de formare

I.D.: 79362363

---

Data publicarii	01.03.23	Coduri CPV	80500000-9
-----------------	----------	------------	------------

---

Pretul estimativ: 2.880,00 RON - 2.880,00 RON

---

Descriere: Descrierea programului de formare Durata programului de formare: 2 zile, 16 ore de formare Scopul programului de formare: Familiarizarea cu instrumente și deprinderi care sprijină starea de bine personală și în relațiile cu ceilalți. Tematici abordate: - Cele 4 inteligente (fizică, mentală, emoțională și spirituală) și relația dintre ele - prin prisma Deprinderii 7 din Cele 7 deprinderi ale persoanelor eficiente - Ce sunt nevoile emoționale și cum să ni le îndeplinim prin intermediul relațiilor - Ce se întâmplă cu noi atunci când nevoile emoționale nu ne sunt îndeplinite - De ce este important să vorbim în limbaj de nevoi și cum ne ajută acest lucru în relații - Ce este grija față de sine și cum învățăm să o practicăm Participanții la acest program de formare vor avea ocazia să-și identifice și dezvolte abilități referitoare la : - Cum să dezvolte relații sănătoase cu cei din jur ( adulți și copii) - Cum să-și comunice în mod eficient nevoile ținând cont și de nevoile celorlalți - Caracteristici legate de propria persoană și modalități practice de relaționare prin intermediul unor instrumente practice, ușor de aplicat.

---