



Plan VIII Zjazdu Śląskiego Klubu Trenerów Zarządzania MATRIK Jaworze, 21-23.04.2017

21.04.17 (piątek):

- 14.00 – 16.15** **przyjazd** do **VILLA BARBARA Centrum Zdrowia i Rehabilitacji**
ul. Wczasowa 171, 43-384 Jaworze k/ Bielska Białej
- 17.00 – 18.00** **relaksacja**
Temat: *Kąpiel w dźwiękach gongów*
Trener: **Karina Indryka**
- 19.30 – 22.30** **Integracja wieczorna by Zwrotnica 1**
Trener: **Anna Łoza-Dzidowska**

22.04.17 (sobota):

- 08.00 – 09.00** **śniadanie**
- 09.00 – 12.30** **warsztat 1:**
Temat: *Poczuj magię Innowacyjności*
Trener: **Aneta Bohm-Czechowicz**
- 12.30 – 15.00** **pora relaksu** – do dyspozycji bezpłatnie na terenie hotelu liczne atrakcje: basen, sala gimnastyczna, mini siłownia, Wi-Fi, parking.
Odpłatnie można zamówić sauny, jacuzzi oraz zabiegi rehabilitacyjne (masaże, kąpiel algowa, bicze szkockie, itp.).
Zaraz za płotem Hotelu jest łąka solankowa, powinna być już czynna w kwietniu. Przy łące park zdrojowy z trasami spacerowymi, siłownią zewnętrzną, nieopodal amfiteatr. Dla bardziej wytrwałych wycieczka piesza nad zaporę w Wapienicy (3-4 godziny) lub na Błatnią (około 4 godziny).
Pobliskie Bielsko ma piękną starówkę, można się wybrać pozwiedzać, to tylko 7 kilometrów od nas.
- 14.00 – 15.00** **obiad**
- 15.00 – 18.30** **warsztat 2:**
Temat: *O tym jak gry mogą być wykorzystane do poszkoleniowych działań wdrożeniowych*
Trenerzy: **Dorota Tomaszewska i Adrian Skarżyński**
- 19.30 – 20.30** **wspólna kolacja**
- Od 20.30** **Integracja wieczorna by Zwrotnica 2**
Trener: **Anna Łoza-Dzidowska**

23.02.17 (niedziela):

08.00 – 09.30 śniadanie

09.30 – 10.30 ewaluacja wyjazdu (prowadzenie: **Grażyna Pławska**)

10.30 – 13.00 **warsztat 3:**

Temat: ***Biznes – HR, dwa światy – jak je połączyć?***

Trener: **Robert Reinfuss**



OPIS WARSZTATÓW

Relaksacja

**Zanurz się w dźwięk ...
Kąpiel w Dźwięku...**



To głęboko relaksujące przeżycie, który porusza dobroczynną wibracją każdej komórki naszego organizmu. To dźwięki mis, których subtelne tony mają niezwykłą siłę oddziaływania.

Już samo słuchanie niezwykłych, pełnych harmonii i ukojenia tonów mis jest pięknym przeżyciem. Natomiast połączenie wrażeń słuchowych oraz odczuwania wibracji bezpośrednio we własnym ciele podczas masażu dźwiękiem jest absolutnie niepowtarzalnym doznaniem. Dźwięki specjalnie wykonanych do zabiegu mis tybetańskich wprowadzają ciało i umysł w stan głębokiego relaksu.



Czas zwalnia, a sprawy doczesnego świata tracą swój ciężar. Podczas zabiegu można przeżyć chwilę całkowitego odpuszczenia – moment bycia tylko TU i TERAZ, kiedy przeszłość i przyszłość nie istnieją, wewnętrzny dialog ustaje, a umysł zaprzestaje ciągłej kontroli i pozwala sprawom po prostu się dziać. Takie doświadczenie jest niezwykle cenne, bo bardzo rzadkie w naszym życiu, a pozwala spojrzeć na otaczający świat i siebie z zupełnie nowej perspektywy. Ze względu na głęboko relaksujące działanie, masaż pomaga uporać się ze stresem, lękiem, przemęczeniem, stanami obniżonego nastroju i negatywnymi emocjami. Poprawia zdolność koncentracji.

Do zabiegu, wykonywanego według metody Petera Hessa, używane są specjalnie wyprodukowane misy o określonych tonach, które mają sprawdzony i przebadany, dobroczynny wpływ na organizm. Ich wibracja jest przyjemna w odbiorze – przepływa przez tkanki, pobudzając do drgań każdą komórkę i regulując ich pracę.

Przeciwwskazania

Relaksacyjny masaż dźwiękiem, ze względu na swoje delikatne i nieinwazyjne działanie, może być szeroko stosowana zarówno u osób zdrowych, jak i chorych. Nie ma też żadnych ograniczeń wiekowych. Masażu dźwiękiem nie wykonuje się u osób z wszczepionymi urządzeniami elektronicznymi, na przykład rozrusznikiem serca, oraz zaleca się ostrożne stosowanie u osób z problemami neurologicznymi. W przypadku ciąży nie powinno się go stosować przez pierwsze trzy miesiące, natomiast przez kolejne sześć nie należy masować okolic krzyża.

SYLWETKA TRENERA

Karina Indryka

Marketingowiec z pasjami, Menadżer Zasobów Ludzkich (dyplom Dwuletnich Studiów) z zainteresowań, Mistrz Praktyk Programowania Neuro Lingwistycznego oraz Trener Biznesu z dyplomem szkoły PST Yans Cron (Pierwsze Studium Trenerów Neuro-Lingwistycznego Programowania NLP Psychologii Biznesu i Couchingu) z chęci rozwoju osobistego, uczestniczka wielu szkoleń z aktywnej sprzedaży i zarządzania czasem z

„wymogów” pracy, **dyplomowana masażystka dźwiękiem i medytacji gongami wg metody Petera Hessa** z OGROMNEJ pasji. Aktywna działaczka społeczna współpracuje z Uniwersytetami Trzeciego Wieku Gliwice, Częstochowa, Zawiercie, Łazy, Towarzystwem Ochrony Praw i Godności Dziecka Wyspa w Chorzowie oraz prowadzi własną Fundację Podaruj Nadzieję i zachęca do wsparcia jej działań ☺.



INTEGRACJA WIECZORNA by Zwrotnica

Temat: Tworzenie relacji poprzez wspólne twórcze działania

Zakres tematyczny:

- znaczenie wspólnego celu dla efektywności działania,
- rozwijanie umiejętności współpracy w zespole,
- zaufanie i dobra atmosfera w pracy,
- skuteczna komunikacja i przepływ informacji w grupie,
- współpraca a rywalizacja,
- normy i zasady pracy przy realizacji zadań,
- dzielenie się pomysłami i kreatywność w zespole.

Uczestnicy będą pracować nad zadaniami twórczymi w **kilku zespołach**. Każdy z zespołów będzie miał za zadanie stworzyć krótką, **maksymalnie 5-minutową formę artystyczną**.

1szy DZIEŃ

- integracja
- ćwiczenia rozgrzewkowe pozwalające przełamać schemat sytuacji szkoleniowej, skłaniające uczestników do zachowań niestandardowych
- tworzenie zespołów zadaniowych
- wprowadzenie elementu zdrowej rywalizacji
- trening kreatywności

2gi DZIEŃ

- wykorzystanie środków wyrazu trenowanych w pierwszym dniu warsztatu
- wspólne tworzenie w zespołach zadaniowych
- zaprezentowanie sobie wzajemnie swoich dzieł. Wszystkie działania stworzą jedną mozaikową całość pod roboczym tytułem „**Wielość w jedności**”
- podsumowanie warsztatu

W przygotowaniu i realizacji będą czynnie uczestniczyć wszystkie osoby z zespołów. Ograniczony czas trwania końcowego przedstawienia dzieła (5 minut) skłoni do poszukiwania nieoczywistych rozwiązań – metafor i symboli.

SYLWETKA TRENERA

Anna Łoza – Dzikowska



Zawodowo działam na dwóch płaszczyznach – graficznej i szkoleniowej, specjalizuję się w procesach związanych ze zmianą już istniejącego wizerunku (rebranding), lub stworzeniem zupełnie nowego (branding), wychodząc naprzeciw firmom, które poszukują innych niż dotychczas lub całkiem nowych dróg rozwoju, nastawiając się na zmianę kierunku myślenia i pokazanie im nowych możliwości.

Ukończyłam Akademię Sztuk Pięknych w Krakowie (1978-1983). Od ponad 15 lat wykonuję zawód trenera biznesu, współpracując z Firmą Szkoleniową Exbis – Eksperti Biznesmenom. W 2009 roku podniosłam swoje kompetencje trenerskie do poziomu EQF 5 European Qualification Framework (Senior trainer). Zajmuję się również coachingiem, głównie w obszarze związanym z budowaniem wizerunku oraz planowaniem nowych działań w firmie. Jest dyplomowanym coachem PCD. W tym roku ukończyłam zaawansowaną Szkołę Coachingu Grupowego i Zespołowego NOVO. Jestem aktywnym sympatykiem Klubu Zarządzania MATRIKA. Ze swoimi autorskimi kartami i ćwiczeniami odwiedziłam 10 regionalnych klubów MATRIKA w Polsce (Katowice, Kraków, Bielsko-Biała, Rzeszów, Łódź, Warszawa, Szczecin, Gorzów Wielkopolski, Poznań, Wrocław). Wielokrotnie prowadziłam również warsztaty dla trenerów i coachów na zjazdach MATRIKA. Współpracuję także z Klubami Coacha, działającymi w wielu miastach. Prowadziłam zajęcia na Akademii Trenera na Uniwersytecie Ekonomicznym w Katowicach oraz na Menedżerskich Studiach Podyplomowych w Wyższej Szkole Bankowości i Finansów, również w Katowicach. Jestem empatyczna i komunikatywna, pełna energii i pasji, posiadam zdolność uruchamiania wewnętrznego potencjału uczestników szkoleń i nawiązywania z nimi przyjaznych relacji.

Warsztat 1

Temat: *Poczuj magię innowacyjności!*

Co wspólnego ma magia z innowacyjnością? Czego o innowacyjności można się nauczyć od magików? Odpowiedź na te pytania znajdziesz na warsztacie „Poczuj magię innowacyjności!”. Warsztat ma pobudzić Twoją innowacyjność, a inspiracją będzie właśnie świat magii. Niewykluczone, że niebawem zostaniesz Davidem Copperfiledem innowacyjności! Uczestnicy poznają zasady, wspierające innowacyjność, zawarte w autorskim alfabecie innowacyjności, a wnioski przełożą na swoją praktykę trenerską. Na warsztacie pojawią się elementy coachingu, coachingu zespołowego i facylitacji graficznej.

Celem warsztatu jest pobudzenie Twojej innowacyjności oraz doskonalenie umiejętności tworzenia innowacji w obszarze trenerstwa. W warsztacie pojawią się elementy coachingu, coachingu zespołowego i facylitacji graficznej.

Czego się dowiesz na warsztacie?

- poznasz bariery, blokujące Twoją innowacyjność
- poznasz inspirujące przykłady innowacyjności
- poznasz i przećwiczysz sposoby, dzięki którym pobudzisz lub wzmocnisz swoją innowacyjność, zawarte w alfabecie innowacyjności
- wnioski przełożysz na swoją praktykę trenerską i realne wyzwania

Jakich korzyści możesz się spodziewać?

- nabędziesz pewności, że jesteś innowacyjny
- zwiększysz swoje możliwości na znalezienie innowacyjnych pomysłów i rozwiązań
- opracujesz swój plan działań wdrożeniowych

SYLWETKA TRENERA:

Aneta Böhm – Czechowicz

Od ponad 12 lat jestem związana z obszarem HR miękkiego. Zajmuję się rozwojem pracowników, zarządzaniem zmianą, rozwojem organizacji i komunikacją wewnętrzną. Jestem trenerem i coachem. Moją pasją jest czytanie książek, rysowanie i tematyka innowacyjności.



Warsztat 2

Temat: *Gry Poszkoleniowe*

Gry poszkoleniowe są innowacyjnym i skutecznym narzędziem zachęcającym pracowników do wykorzystywania w realnych sytuacjach zawodowych wiedzy i umiejętności zdobywanych na szkoleniach. Prowokują do zmierzenia się z różnymi sytuacjami odzwierciedlającymi rzeczywistość firmową, do rywalizacji z innymi pracownikami-graczami. Wprowadzają dobrą atmosferę, przełamują bariery, zachęcają do pro aktywności i zaangażowania. Jedna rozgrywka to „krótka lekcja” która może odbyć się podczas zebrania, w zespole pracowników, bez udziału trenera. Gry Poszkoleniowe utrwalają dobre praktyki, kształtują pożądane nawyki.

Cele warsztatu:

1. Zapoznanie z ideą gier poszkoleniowych.
2. Rozegranie przykładowej rozgrywki wybranej gry.
3. Dyskusja wokół korzyści wynikających z zastosowania gier oraz warunków potrzebnych w firmie do ich wykorzystywania.

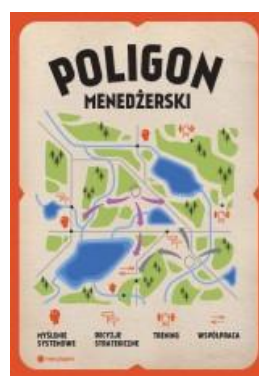
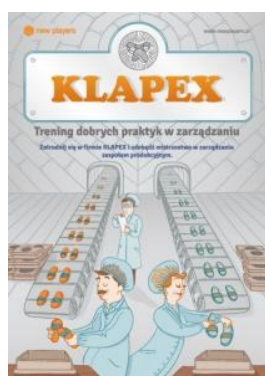
Program warsztatu:

1. Wprowadzenie

Prezentacja głównych założeń gier poszkoleniowych, ich twórców oraz procesu powstania pomysłu.

2. Rozgrywka

Doświadczenie działania jednej z gier.



3. Analiza możliwości zastosowania

Dyskusja o możliwościach i korzyściach zastosowania gier w miejscu pracy.

SYLWETKI TRENERÓW

Adrian SKARŻYŃSKI - trener/coach/inżynier

Certyfikowany Trener i Konsultant Zarządzania MATRIK. Certyfikowany Coach na poziomie ACC ICF oraz Coach ICI. Doświadczenie ponad 2500 godzin szkoleń i warsztatów z zakresu kompetencji miękkich oraz 450 godzin coachingu. Od 2008 roku jako freelancer projektuje i prowadzi warsztaty i szkolenia z kompetencji miękkich w zarządzaniu. Jednocześnie w ramach sesji Coachingu wspiera klientów w procesie ustalania i realizowania celów osobistych i zawodowych.



Dorota TOMASZEWSKA psycholog/trener biznesu/coach

Posiada ponad 18-letnie doświadczenie jako trener biznesu zdobywała, realizując projekty doradcze i szkoleniowe dla różnych grup zawodowych (łącznie ponad 2000 dni w ramach szkoleń i doradztwa). Koordynowała duże i małe projekty towarzysząc przedstawicielom firm w rozwiązywaniu codziennych problemów zawodowych. Prowadzi coachingi indywidualne dla menedżerów średniego i wyższego szczebla. Wspiera działy HR w dokonywaniu analizy bieżącej sytuacji w firmie i projektowaniu działań rozwojowych. Wykładowca Akademii Górniczo Hutniczej w Krakowie – od 14 lat. Coach – od 7 lat, psychoterapeuta.



Warsztat 3

Temat: *Biznes – HR, dwa światy – jak je połączyć?*

Jeżeli chcesz być nowoczesnym trenerem biznesu i konsultantem, to postaw na głowie swoją pracowniczą intuicję i potoczne rozumienie HR-u. Czy wiesz, że dla biznesu kompetencje i szkolenia są kosztem, a nie wartością, a dobry pracownik to nie ten, który ma wysokie kwalifikacje i się stara, ale ten, który jest rentowny? **Firmy nie potrzebują motywacji, one potrzebują efektów**, więc motywowanie jest dla nich bezproduktywnym marnowaniem zasobów potrzebnych do realizacji wyników. Dla firmy pracownik może być za dobry lub zbyt zaangażowany, co większości ludzi nie mieści się w głowie. Pracodawcy stymulują rotację pracowników, uważając, że zbyt niska jest zagrożeniem dla efektywności. Zwiększanie wymagań wywołuje zwykle sprzeciw pracowników. Tymczasem dla firmy jest to źródło darmowej pracy i zaangażowania, na dodatek poprawiającego atmosferę wśród załogi i wizerunek pracodawcy. Biznes i HR – jak pogodzić te dwa światy? Na czy polega rola trenera i konsultanta, dla którego oba te światy są ważne? Na te pytania poszukamy wspólnie odpowiedzi. **Zapraszam!**

SYLWETKA TRENERA

Robert Reinfuss



Jestem praktykiem i doradcą biznesowym oraz autorem kilkudziesięciu publikacji w dziedzinie zarządzania personelem. Mam dziesięcioletnie doświadczenie w konsultingu oraz dwunastoletnią praktykę w zarządzaniu w firmach produkcyjnych, handlowych i bankowości. Jestem autorem pierwszej na świecie metody społecznościowego pomiaru rentowności pracy ValueView® oraz partycypacyjnej metody zarządzania o nazwie Rynek celów. Jestem autorem dwóch książek o tematyce związanej z zarządzaniem przez cele. Pierwsza z nich: „MBO prosta skuteczna technika zarządzania Twoją firmą” to jedyny w j. polskim podręcznik zarządzania przez cele. Druga „Rynek celów. Zwrot z inwestycji w HR”, opisuje przypadek wdrożenia i olbrzymi sukces Banku Poczтового osiągnięty m.in. dzięki metodyce Rynku celów.