



**WIELKOPOLSKI KLUB
TRENERÓW ZARZĄDZANIA
M A T R I K**
Termin: 12 grudnia 2017

Stowarzyszenie Konsultantów i Trenerów Zarządzania M A T R I K

<u>Miejsce:</u>	Wyższa Szkoła Bankowa ul. Powstańców Wielkopolskich 2A Sala 205BR
<u>Termin:</u>	12.12.17 (wtorek), godz. 17:30 – 21:00 17:30 - 17:45 CAFE M A T R I K Networking i integracja uczestników, przy kawie i słodkim poczęstunku 17:45 – 18:00 INFO M A T R I K Informacja o nadchodzących działaniach edukacyjnych i rozwojowych dla trenerów i konsultantów zarządzania w ramach M A T R I K 18:00 – 20:30 EDU M A T R I K – Warsztat prowadzony przez Annę Łada 20:30 – 21:00 FINALM A T R I K – Ewaluacja i podsumowanie;
<u>Koszt uczestnictwa:</u>	- 30 zł - Członkowie Stowarzyszenia M A T R I K bezpłatnie.
<u>Opis i zgłoszenia:</u>	http://competit.pl/w/1606/

Temat warsztatu:

„ELASTYCZNOŚĆ W KAŻDEJ SYTUACJI”

Opis warsztatu:

Życie, zarówno osobiste jak i zawodowe, to częste zmiany – nowe okoliczności, ludzie, miejsca, wyzwania. W czasie Twojej prezentacji ktoś zadaje zaskakujące pytanie, chcesz przekonać kogoś do swoich racji lub jesteś w nowym miejscu, gdzie nie znasz nikogo. W każdej z powyższych sytuacji trzeba się szybko odnaleźć i skutecznie komunikować.

Tych właśnie postaw i umiejętności w niezwykle sprawny i atrakcyjny sposób uczy improwizowanie, czyli spontaniczne reagowanie bez przygotowania, tworzenie wymyślonej

rzeczywistości bez planu, w pełni „tu i teraz”.

Proponujemy Ci wyjątkowy warsztat oparty o narzędzia i fundamenty improwizacji teatralnej. Na nim nieustannie będziesz ćwiczyć zasady twórczego porozumiewania się, w improwizowanych scenkach polepszysz elastyczność i spontaniczność wchodzenia w nowe sytuacje, nauczysz się postaw oraz technik, dzięki którym zwiększysz pewność siebie oraz będziesz efektywniej komunikować się i współpracować z innymi.

Na tym treningu doświadczysz:

- naturalnego reagowania zgodnie z improwizacyjną zasadą „tak, i...”, czyli akceptowania tego, co już zostało powiedziane i dokładania do tego swoich kreatywnych cegiełek – tak, aby skutecznie tworzyć spójną historię
- wchodzenia bez przygotowania w nowe sytuacje i radzenia sobie w nich, czyli improwizacyjnej postawy „słucham i reaguję”, opartej na koncentrowaniu się na chwili obecnej
- akceptacji błędów i radości z pomyłek, zgodnie z improwizacyjną zasadą „nie oceniam się i daję się ponieść”, czyli spontanicznego, lekkiego czerpania ze swojej kreatywności i zachowania pewności siebie w każdym działaniu

Po tym warsztacie:

- zwiększysz elastyczność i spontaniczność swoich reakcji
- podniesiesz pewność siebie w nowych sytuacjach i trudniej będzie Cię zaskoczyć
- nauczysz się skutecznych postaw i narzędzi, dzięki którym współpraca z innymi stanie się znacznie efektywniejsza

CO DAJE IMPROWIZACJA?

KREATYWNOŚĆ

Tworzenie „tu i teraz” uruchamia pokłady kreatywności, które każdy ma, tylko czasem zapomina o nich wykonując rutynowe działania. Warto sprawdzić, co się w tych pokładach kryje.

ODWAGA/PEWNOŚĆ SIEBIE:

Kto umie improwizować, poradzi sobie w każdej sytuacji, bo znacznie zwiększa elastyczność swoich reakcji, adaptację do nowych sytuacji i spontaniczność w działaniu. Co więcej, w improwizacji możemy być różnymi postaciami, możemy sprawdzić zachowania i wejść w emocje, które w „normalnym” życiu rzadziej prezentujemy. Cechuje Cię spokój i stonowanie? Podkręć pokrętko z napisem „ekspresja” i zobacz, jak się z tym czujesz. Zawsze zachowujesz dystans? W improwizacji możesz wyznawać komuś namiętnie uczucia. Tylko po to, żeby sprawdzić, jak to jest zrobić coś inaczej.

RADOŚĆ I ROZLUŻNIENIE

Warsztat z improwizacji to dużo śmiechu, zabawy i relaksu. W przyjaznej atmosferze można świetnie oderwać się od codzienności.

A jeżeli po doczytaniu do tego miejsca nadal się zastanawiasz, czy to dla Ciebie, to po prostu przyjdź i sprawdź.

CZEGO POTRZEBA:

Nie musisz mieć żadnego doświadczenia aktorskiego, teatralnego, improwizacyjnego, żeby przyjść i

dobrze się bawić na tym warsztacie. Warto mieć wygodne buty i ubranie.

Osoba Prowadząca: ANNA ŁADA



Z serca improwizator

od 4 lat improwizuje jako aktorka teatru improwizowanego Bez Klepki (www.facebook.com/bezklepki), lubi tę formę aktywności (i rozrywkę, bo bywam też widzem), bo jest nieprzewidywalna, dzieje się tu i teraz i jest za każdym razem inna, przez co niepowtarzalna.

Z zawodu zarządzająca

Od wielu lat zarządza w prywatnych firmach rodzinnych, jest po SGH-u, ma do czynienia z różnymi ludźmi, rynkami, produktami – od systemów do gaszenia pożarów mgłą wodną po kabiny do opalania natryskowego.

Z natury ciekawa ludzi

Ania o sobie:

„Niektórzy mówią, że jestem miła, że nieźle słucham i zadaję pytania. Stawiam pierwsze kroki w coachingu. Lubię pokazywać ludziom nowe rzeczy, dlatego prowadzę ten warsztat”.

A warsztat będzie o... ELASTYCZNOŚCI REAGOWANIA W RÓŻNYCH SYTUACJACH - warsztat praktyczny, oparty o improwizację teatralną☺

Na każde spotkanie Wielkopolskiego Klubu Trenerów Zarządzania MATRIK zapraszamy najlepszych trenerów, należących do elitarnego środowiska Stowarzyszenia MATRIK, jak również lokalnych trenerów z województwa wielkopolskiego, którzy prowadzą dla nas profesjonalne warsztaty rozwojowe ukierunkowane na poszerzanie kompetencji trenerskich.

Spotkanie Klubu to również okazja do :

- budowania sieci kontaktów
- integracji ze środowiskiem
- poszerzania horyzontów
- wymiany doświadczeń
- ustawicznego rozwoju kompetencji trenerskich
- bezcennej inspiracji

Rejestracja na warsztat i przekierowanie do opłat tylko na stronie wydarzenia:

<http://competit.pl/w/1606/>

wystarczy wybrać opcje zgłoś się i dokonać przelewu, który jest jednocześnie potwierdzeniem udziału w spotkaniu.

UWAGA!! Zgłoszenia przyjmujemy tylko do dnia poprzedzającego warsztat!

Informujemy, że koszt uczestnictwa w spotkaniu to 30 zł i w całości przeznaczony jest na cele statutowe Stowarzyszenia MATRIK.

Spotkanie jest przewidziane na maksymalnie 20 osób. Decyduje kolejność zgłoszeń!

Pomyśl, kto jeszcze może być zainteresowany udziałem w tym spotkaniu. Prześlij tym osobom to zaproszenie!

Informacje o spotkaniu znajdziesz również na FB, wpisując Wielkopolski Klubu Trenerów Zarządzania MATRIK.

Zapraszam serdecznie!

Marta Poczta

Koordinator Wielkopolskiego Klubu Trenerów Zarządzania MATRIK

Tel. +48 603 775 405; e-mail: wielkopolski@matrik.pl