

## SZKOLENIE OTWARTE

### SZANOWNI PAŃSTWO

Chcielibyśmy zaoferować Państwu szkolenie otwarte metodą HORSE ASSISTED EDUCATION. To innowacyjna metoda uczenia się ludzi, w której uczestniczą konie, wspomagają rozwój kompetencji osobistych i zawodowych.

Zajmujemy się coachingiem, który pomaga pojedynczym osobom lub organizacjom w przyspieszeniu tempa rozwoju i polepszeniu efektów działania.

Naszym celem jest szeroko rozumiany rozwój osoby - samoświadomości, umiejętności psychologicznych i społecznych oraz pomoc w zmianie do której dąży.

**Szkolenie odbędzie się 17 czerwca 2015** w Klubie Jeździeckim Huzar pod Warszawą (szczegóły poniżej)

### ROZWÓJ OSOBISTY

**Warto zastanowić się czy znacie już odpowiedzi na poniższe pytania...**

- 1. Ile tracisz, gdy nie potrafisz skutecznie pokierować własnym życiem w drodze do swoich celów i marzeń?**
- 2. Czy potrafisz być w każdej sytuacji autentycznym, tak by inni odbierali Cię jako spójną osobę?**
- 3. Jak inni reagują na Ciebie?**
- 4. W jakim stopniu twoja zmiana myślenia i działania w sytuacji stresu obniża Twoją efektywność?**
- 5. Czy wystarczająco skutecznie komunikujesz swoje intencje?**

**Co uczestnicy wskazują jako szczególną wartość tego szkolenia:**

1. Jeśli chcesz się dowiedzieć czy kierujesz swoim życiem czy życie kieruje Tobą - spróbuj tych warsztatów.
2. Szczególną wartością tego szkolenia jest dostrzeżenie bardzo jasne i dobitne swoich „krótkich stron, poczucie tego co ważne w postaci metafory (która daje WIELE komunikatów).
3. Mnóstwo informacji o nas samych.
4. Odkrycie siebie/emocji w relacji z koniem / w relacji z ludźmi.
5. Absolutna szczerłość współpracownika – konia.
6. Twoje zachowanie – zarówno to co robisz i mówisz świadomie, jak i podświadoma mowa ciała – wywierają wpływ na innych. Nie da się nie-komunikować!
7. Pracując z koniem zobaczysz siebie w lustrze, gdyż otrzymasz całkowicie zobiektywizowaną informację zwrotną o swojej skuteczności. To informacja jakiej szczerze nie udzieli Ci szef ani kolega, bo każdy z nich ma swoje cele, podczas gdy koń jest od nich całkowicie wolny.

Co zyskasz:

1. Doświadczenie i poznanie własnych wzorców zachowań, które ujawniają się w sytuacjach nowych i w stresie.
2. Otrzymanie informacji zwrotnej na temat spójności swoich zachowań z wewnętrznym systemem przekonań i wartości.
3. Sprawdzenie swojej skuteczności w komunikowaniu, doświadczanie znaczenia klarownej wizji, celu i intencji w życiu.
4. Możliwość eksperymentowania i wypracowania nowych wzorców i przekonań na temat swojej wartości, skuteczności i dalszych kierunków rozwoju.
5. Diagnoza własnych kompetencji przywódczych i komunikacyjnych w pracy zawodowej i relacjach społecznych
6. Rozpoznawanie i kształtowanie własnego stylu osiągania celów
7. Wyłonienie własnych strategii działania w sytuacjach zawodowych: pracy menedżerskiej, obsługi Klienta, sprzedaży, negocjacji, nauczania, przywództwa, przekonywania i zjednywania sobie ludzi itp.
8. Poszerzanie świadomości własnego stylu komunikacji
9. Rozwój umiejętności wykraczania poza sferę komfortu
10. Doświadczenie komunikacji „bez maski”
11. Przekraczanie własnych barier
12. Uelastycznianie sposobów funkcjonowania
13. Rozwijanie umiejętności budowania więzi w zespole
14. Zrozumienie, czego potrzebują ludzie żeby za nami podążyć
15. Rozwijanie autentycznego przywództwa
16. Podniesienie efektywności działania
17. Rozwijanie relacji ze współpracownikami
18. Zwiększenie samoświadomości

Na szkoleniach HAE nie oceniamy, nie nauczamy. W zadaniach z końmi nie chodzi o odpowiednie wykonanie ćwiczenia, ale o to wszystko co wydarza się wewnątrz i na zewnątrz: w relacji z koniem, w Tobie, w grupie. Tutaj Ty sam wybierasz swój własny styl działania, uczysz się w swoim własnym tempie; sam decydujesz jak daleko wychodzisz poza swoją strefę komfortu.

## **METODA PRACY**

Zajęcia odbywają się w małych, kameralnych grupach: . 8-12 osób.

Proponowane przez nas warsztaty obejmują szereg ćwiczeń indywidualnych i grupowych, polegających na obserwacji grupy koni, współpracy z koniem podczas różnych ćwiczeń (w zależności od tematu i celów warsztatu), po których następuje:

- Analiza materiału wideo,
- Udzielanie informacji zwrotnej,
- Moderowane dyskusje grupowe,
- Transfer sytuacji szkoleniowej na życie zawodowe.

Po krótkiej analizie tworzymy plan działania i określamy, które zachowania blokują skuteczność interpersonalną i gdzie warto zastanowić nad inną opcją działania, a które działania są pożądane i trzeba je wzmacniać oraz gdzie jest obszar do poszerzania możliwości.

Uczestnicy sami decydują o wzięciu udziału w każdym ćwiczeniu, jeżeli z jakiegokolwiek powodu nie chcą tego zrobić – pozostają w roli obserwatora, choć z naszych doświadczeń wynika, że zazwyczaj wszyscy decydują się na aktywne uczestnictwo. Projektujemy ćwiczenia proste i możliwe do wykonania dla osoby, która pierwszy raz w życiu ma kontakt z koniem. Istotą warsztatów nie jest wykonanie zadania z koniem.

W tej metodzie dążymy do spojrzenia na własne zachowania z różnych perspektyw, do refleksji z obserwacji innych, a tym samym – do wyjścia poza własną strefę komfortu, do generowania zmiany.

#### **PROGRAM RAMOWY - HARMONOGRAM SZKOLENIA:**

- 9.00 – 9.30 - Rozpoczęcie warsztatu, uzgodnienie celów
- 9.30 – 10.30 - Ćwiczenie 1 (wprowadzające) + omówienie
- 10.30 - 10.45 - Przerwa
- 10.45 – 12.45 - Ćwiczenie 2 + omówienie
- 13.00- 13.45 - Przerwa obiadowa
- 13.45 – 15.45 - Ćwiczenie 3 + omówienie
- 15.45 - 16.00 - Przerwa
- 16.00 - 17.30 - Ćwiczenie 4 + omówienie
- 17.30 -18.00 - Zakończenie, podsumowanie
- 18.00 – 18.45 Zakończenie warsztatów, podsumowanie, wnioski końcowe, plan zmiany

## PROWADZENIE

### Ksenia Samsel



Ambasador Rozwoju, Certyfikowany Trener OPEN by HORSES na koncepcie Horse Assisted Education, 15 letnie doświadczenie jako manager w korporacji, zarządzała dużymi zespołami (250 – 300 osobowymi), prowadziła duże projekty informatyczne. Jej domeną jest zarządzanie ludźmi oraz budżetami. Wdrożyła wszystkie projekty, które otrzymała do realizacji.

Trener rozwoju osobistego.

Ponadto jest sędzią, trenerem i zawodnikiem w dyscyplinie ujeżdżenia oraz jazdy w damskim siodle, organizatorem dużych imprez sportowych. Jest właścicielem Klubu Jeździeckiego.

Zawodowo zajmuje się coachingiem oraz zarządzaniem Certyfikowanym Ośrodkiem przez Polski Związek Jeździecki, prowadzi malowniczy pensjonat KJ Huzar pod Warszawą. Szkoleniowiec.

Zajmuje się psychologią treningu koni.

Prywatnie mama 3 córek, jej wielką pasją jest malarstwo, florystyka,

nurkowanie i architektura wnętrz.

### EWA CZERTAK



Pierwsza w Polsce ekspertka personal branding, która w Akademii Marki z Klasą buduje silne marki przedsiębiorczych kobiet na terenie całej Polski. Twórcza i Prezes Akademii, współtworzy Lady Business Club ([www.ladybusiness.pl](http://www.ladybusiness.pl)). Ekspert portalu Golden Line. Od 2004 Certyfikowany coach, Master Business Trainer level superior, prelegentka konferencji dla kobiet, praktyk storytellingu, autorka artykułów o personal branding, pisze bloga Bądź widzialną Marką, prowadzi inspirujący [funpage Marka z Klasą](#). Jej misja to: Czynić ludzi Wielkimi.

Pracuje łącząc najskuteczniejsze metody z obszaru coachingu, treningu mentalnego oraz treningu behawioralnego w zakresie tworzenia i utrwalania pożądanego wzorców zachowań. Dzięki użyciu kamery, dostrzega i interpretuje to, co decyduje o skuteczności zmiany.

Akredytacje i profesjonalne uprawnienia:

- \* Certyfikat konsultanta w zakresie oceny kompetencji społecznych i emocjonalnych, akredytacja Hay Group.
- \* Certyfikat Coacha International Coaching Community Lambert do Brasil, 2004
- \* Dyplom Master Coach ICC trening zaawansowany, zawierający narzędzia executive i team coaching, prowadzony przez trenera i współzałożyciela ICC Josepha O'Connor, 2005
- \* Studia Podyplomowe Trenera Grupowego w Laboratorium Psychoedukacji przy Wyższej Szkole Psychologii Społecznej, 2006-2007
- \* Dyplom MBA wydany przez Prywatną Wyższą Szkołę Business'u i Administracji w Warszawie – specjalizacja marketing i zarządzanie 1996-1999
- \* Członkini International Coaching Community (ICC)
- \* Master Business Trainer level superior

## Cena

	kwota	cena zawiera
Szkolenie jednodniowe w ośrodku pod Warszawą	<b>cena promocyjna:</b> 350 zł netto za osobę	szkolenie, materiały szkoleniowe, bufet kawiarniany,
Obiad	35 zł za osobę	Dwudaniowy obiad z napojem i deserem (na obiad decydujemy się przy rezerwacji szkolenia)

**Szkolenie odbędzie się 17 czerwca 2015** w Klubie Jeździeckim Huzar pod Warszawą (przyjazd najpóźniej na 8:50)

Józefów 11 (k. Żyrardowa)  
96-315 gmina Wiskitki  
Dojazd:

<http://www.kjhuzar.pl/dojazd.htm>

W celu zarezerwowania szkolenia proszę przysłać zgłoszenie na adres: [ksenia.samsel@kjhuzar.pl](mailto:ksenia.samsel@kjhuzar.pl)

Dane potrzebne do rezerwacji:

- Imię i Nazwisko
- Mail
- Tel.
- Obiad tak / nie
- Wegetarianin tak/nie

Dane potrzebne do ubezpieczenia:

- Miejsce zamieszkania
- Pesel

**Po potwierdzeniu rezerwacji, wpłata na konto Ksenia Samsel mBank 10 1140 2017 0000 4602 0054 0952**

Zapraszam



**Ksenia Samsel**

510 029 179

email: [ksenia.samsel@kjhuzar.pl](mailto:ksenia.samsel@kjhuzar.pl)

*ps. Organizator zastrzega sobie prawo odwołania Szkolenia, w przypadku braku zgłoszenia się minimalnej liczby uczestników wymaganej dla jego zorganizowania, a w każdym czasie z powodu działania siły wyższej, o czym Klient zostanie powiadomiony najpóźniej na 3 dni przed rozpoczęciem warsztatów. W takim przypadku Klientowi przysługuje zwrot wpłaconych kwot bez dokonania przez Organizatora jakichkolwiek potrąceń. Minimalna liczba uczestników dla Szkolenia wynosi 8 osób, maksymalna liczba osób to 12.*