



ASK Szkolenia
Rozwój Dotacje
Agnieszka Skupio
Brak ocen dla tego dostawcy

AUTORSKI PROGRAM NAVI. WYSTĄPIENIA PUBLICZNE I PRACA Z KAMERĄ - warsztat

Numer usługi 2024/06/03/161221/2169198

- 📍 Poznań / stacjonarna
- 🏠 Usługa szkoleniowa
- 🕒 32 h
- 📅 26.07.2024 do 07.08.2024

5 504,00 PLN brutto
5 504,00 PLN netto
172,00 PLN brutto/h
172,00 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria	Biznes / PR
Sposób dofinansowania	wsparcie dla osób indywidualnych wsparcie dla pracodawców i ich pracowników
Grupa docelowa usługi	Warsztat jest przeznaczony dla osób, które chcą: <ul style="list-style-type: none">- autentycznie, swobodnie i naturalnie wypadać na scenie, przed grupą lub przed kamerą- zwiększyć skuteczność rozmów, prezentacji, prelekcji i wystąpień- zmniejszyć napięcie i stres związane z wystąpieniami publicznymi- zidentyfikować i transformować wewnętrzne ograniczające przekonania- podnieść poziom i jakość reprezentowania firmy przed szeroką publicznością- poznać i nauczyć się implementować schemat skutecznego wystąpienia- poznać kluczowe techniki budujące sprawność mówcy: postawa, kontakt, relacja, kontakt wzrokowy, miejsce na scenie i przed kamerą- nauczyć się dobrze wykorzystywać głos, dykcję, archetyp osobowości- odkryć to, jak konkretne zachowania i sposób komunikacji mogą być postrzegane przez innych- wzmocnić zasoby, które wspierają swobodne wyrażanie myśli i poglądów- zwiększyć samoświadomość swoich atutów i lepiej je wykorzystywać
Minimalna liczba uczestników	2
Maksymalna liczba uczestników	10
Data zakończenia rekrutacji	25-07-2024
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	32

Cel

Cel edukacyjny

Celem szkolenia jest implementacja technik i nauka wykorzystania swojej osobowości mówcy oraz naturalnych talentów do wartościowych, wiarygodnych i angażujących przekazów w relacji ze sceny, przed grupą, na platformach on line i przed kamerą.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Identyfikuje swoje ograniczenia mentalne i potrafi z nimi pracować w krótko- i długofalowym procesie.	Praca z identyfikacją ograniczeń, które wpływają na poziom odczuwanego stresu.	Test teoretyczny
	Świadomość sposobu koncentracji i jakości własnej wypowiedzi.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Wzmacnianie zasobów, które wspierają swobodne wyrażanie myśli i poglądów.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Eliminowanie ograniczeń, stereotypowych przekonań i zastępowanie ich korzystną narracją	Obserwacja w warunkach rzeczywistych

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Zna i implementuje kluczowe techniki efektywnych wystąpień oraz wie, jak korzystać ze schematów budowania wystąpień i wypowiedzi publicznych.	Umiejętność tworzenia modelu dla wystąpień publicznych, prezentacji, exposé zarządu i managementu, spotkań sprzedażowych, spotkań studyjnych i rozmów z dziennikarzami, etc.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Świadomość utrzymania relacji z publicznością	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Umiejętność wykorzystywania głosu i prawidłowej dykcji	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Świadomość siebie i swojego ciała w sytuacjach publicznych przed grupą i przed kamerą	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Umiejętność utrzymania kontaktu wzrokowego z rozmówcą i publicznością	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Świadomość kamery i odbiorcy.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Rozpoznaje własne naturalne atuty i wie, jak korzystać i czerpać ze swojego archetypowego wzorca osobowości, by być wiarygodnym.	Świadomość i diagnoza typologii archetypowej w komunikacji i wystąpieniach publicznych	Wywiad swobodny
	Odkrywanie własnego archetypu i atutów z nim związanych	Wywiad swobodny
	Wykorzystywanie swoich mocnych stron, naturalności i autentyczności w komunikowaniu się	Wywiad swobodny
	Praca z przekonaniem dotyczącym intencji realizowanego wystąpienia	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Świadomość roli i potrzeb publiczności	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Jest świadom siły płynącej z intencji i wartości wystąpienia i potrafi z niej korzystać.	Świadomość roli i potrzeb mówcy	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Umiejętność identyfikowania i formułowania intencji zgodnej z własnymi przekonaniem i celami wystąpienia.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji zawiera opis efektów uczenia się?

Tak

Pytanie 2. Czy dokument potwierdza, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji?

Tak

Pytanie 3. Czy dokument potwierdza zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

Tak

Program

DZIEŃ I.

Moduł I. WPROWADZENIE Otwarcie.

Test kompetencyjny.

Zapoznanie z przebiegiem.

Zbudowanie atmosfery i ustalenie intencji.

Wybór tematu do pracy praktycznej.

Analiza Twoich przekonań na temat wystąpień publicznych, siebie i poczucia własnej wartości.

Moduł II.

NUTRITION Jak opanować stres?

prowadzenie do zagadnienia stresu i silnych oraz słabych stron osobowości w obszarze wystąpień publicznych. Jak działają nasze emocje?

Schemat kształtowania się osobowości mówcy oparty na emocjach wg dr J. Dispenzy.

Omówienie.

Jak iść z dobrym nastawieniem?

Praca praktyczna z przekonaniami.

Zmiana przekonań blokujących na wspierające.

Mechanizmy zarządzające stresem i odwagą.

Omówienie.

Praktyczne zastosowanie aktualnych zasobów.

Praca własna i w parach.

Podsumowanie modułu przez prowadzącą i grupę.

Test kompetencyjny.

DZIEŃ 2.

Moduł III ATTENTION Jak nie odgrywać cudzej roli, a inspirować?

7 aspektów public speaking.

Omówienie i doświadczenie narzędzi i technik wspierających koncentrację, precyzyjne dotarcie, umiejętność budowania struktury rozmowy i utrzymanie zaangażowania słuchaczy.

Jak nie zapomnieć w trakcie?

Schemat budowania wystąpienia dla krótkich i długich wypowiedzi.

Przedstawienie i rozpoczęcie procesu wdrażania.

Skąd bierze się autentyczność i swoboda sceniczna:

Praktyka pracy z głosem i elementy z obszaru dykcji.

Omówienie i praktyka.

Postawa na scenie, praca ciała, miejsce na scenie i przed kamerą.
Omówienie i zastosowanie.
Budowanie wspólnej przestrzeni mentalnej i emocjonalnej mówcy i audytorium.
Omówienie i praktyka.
Podsumowanie modułu przez prowadzącą i grupę.

DZIEŃ III

Moduł IV. VALUE Jak być sobą?

Identyfikacja osobowości i jej atutów poprzez test archetypowy oparty na matrycy G. Junga.

Powtórzenie – szybka powtórka i przypomnienie zagadnień z modułu I i II.

Omówienie i prezentacja typów osobowości.

Rozpoznanie i implementacja.

Jak bawić się wystąpieniem?

Wykorzystanie osobowości mówcy i jego naturalnych talentów do wartościowych i angażujących wystąpień w relacji ze sceny, przed grupą, na konferencji, w rozmowie sprzedażowej i z zespołem.

Podsumowanie modułu przez prowadzącą i grupę.

DZIEŃ IV.

MODUŁ V INTENTION Jak budować wiarygodność?

Rola mówiącego i rola publiczności.

Postawa i świadomość eksperta.

Uznanie dla siebie.

Przyzwolenie i legitymacja mentalna w kontekście public speaking.

Jak zbudować błyskawiczne wsparcie i moc dla siebie? 8 punktów w pracy aktora.

Umiejętność pracy z przekonaniem i emocjami przed wyjściem na scenę.

Ćwiczenie praktyczne.

Analiza Twoich przekonań na temat wystąpień publicznych, siebie i poczucia własnej wartości.

Podsumowanie modułu przez prowadzącą i grupę.

Zakończenie warsztatu: powtórzenie kluczowych treści, feedback i ewaluacja kursu, opcjonalnie: rekomendacje trenera dla Kursantów dotyczące kształtowania dalszej ścieżki rozwoju

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 30 WPROWADZENIE Otwarcie.	Joanna Janowicz	26-07-2024	08:00	09:00	01:00
2 z 30 NUTRITION Jak opanować stres?	Joanna Janowicz	26-07-2024	09:00	10:00	01:00
3 z 30 Schemat kształtowania się osobowości mówcy oparty na emocjach wg dr J. Dispenzy.	Joanna Janowicz	26-07-2024	10:00	11:00	01:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
4 z 30 Jak iść z dobrym nastawieniem?	Joanna Janowicz	26-07-2024	11:00	12:00	01:00
5 z 30 Praca praktyczna z przekonaniami.	Joanna Janowicz	26-07-2024	12:00	13:00	01:00
6 z 30 Mechanizmy rządzące stresem i odwagą.	Joanna Janowicz	26-07-2024	13:00	14:00	01:00
7 z 30 Praktyczne zastosowanie aktualnych zasobów.	Joanna Janowicz	26-07-2024	14:00	15:00	01:00
8 z 30 Podsumowanie modułu przez prowadzącą i grupę.	Joanna Janowicz	26-07-2024	15:00	16:00	01:00
9 z 30 7 aspektów public speaking	Tomasz Zawadzki	05-08-2024	08:00	09:00	01:00
10 z 30 Schemat budowania wystąpienia dla krótkich i długich wypowiedzi.	Tomasz Zawadzki	05-08-2024	09:00	10:00	01:00
11 z 30 Skąd bierze się autentyczność i swoboda sceniczna:	Tomasz Zawadzki	05-08-2024	10:00	11:00	01:00
12 z 30 Praktyka pracy z głosem i elementy z obszaru dykcji.	Tomasz Zawadzki	05-08-2024	11:00	12:00	01:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
13 z 30 Budowanie wspólnej przestrzeni mentalnej i emocjonalnej mówcy i audytorium	Tomasz Zawadzki	05-08-2024	12:00	13:00	01:00
14 z 30 Postawa na scenie, praca ciała, miejsce na scenie i przed kamerą.	Tomasz Zawadzki	05-08-2024	13:00	14:00	01:00
15 z 30 Praktyka pracy z głosem i elementy z obszaru dykcji	Tomasz Zawadzki	05-08-2024	14:00	15:00	01:00
16 z 30 Podsumowanie modułu przez prowadzącego i grupę.	Tomasz Zawadzki	05-08-2024	15:00	16:00	01:00
17 z 30 Identyfikacja osobowości i jej atutów poprzez test archetypowy oparty na matrycy G. Junga.	Tomasz Zawadzki	06-08-2024	08:00	09:00	01:00
18 z 30 Omówienie i prezentacja typów osobowości	Tomasz Zawadzki	06-08-2024	09:00	10:00	01:00
19 z 30 Rozpoznanie i implementacja	Tomasz Zawadzki	06-08-2024	10:00	11:00	01:00
20 z 30 Jak bawić się wystąpieniem	Tomasz Zawadzki	06-08-2024	11:00	12:00	01:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<p>21 z 30</p> <p>Wykorzystanie osobowości mówcy i jego naturalnych talentów do wartościowych i angażujących wystąpień w relacji ze sceny, przed grupą, na konferencji, w rozmowie sprzedażowej i z zespołem.</p>	Tomasz Zawadzki	06-08-2024	12:00	14:00	02:00
<p>22 z 30 Ćwiczenia</p>	Tomasz Zawadzki	06-08-2024	14:00	16:00	02:00
<p>23 z 30 Rola mówiącego i rola publiczności</p>	Tomasz Zawadzki	07-08-2024	08:00	09:00	01:00
<p>24 z 30 Postawa i świadomość eksperta</p>	Tomasz Zawadzki	07-08-2024	09:00	10:00	01:00
<p>25 z 30</p> <p>Przyzwolenie i legitymacja mentalna w kontekście public speaking</p>	Tomasz Zawadzki	07-08-2024	10:00	11:00	01:00
<p>26 z 30 Jak zbudować błyskawiczne wsparcie i moc dla siebie? 8 punktów w pracy aktora.</p>	Tomasz Zawadzki	07-08-2024	11:00	12:00	01:00
<p>27 z 30</p> <p>Umiejętność pracy z przekonaniem i emocjami przed wyjściem na scenę</p>	Tomasz Zawadzki	07-08-2024	12:00	13:00	01:00
<p>28 z 30 Ćwiczenie praktyczne</p>	Tomasz Zawadzki	07-08-2024	13:00	14:00	01:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
29 z 30 Analiza Twoich przekonań na temat wystąpień publicznych, siebie i poczucia własnej wartości.	Tomasz Zawadzki	07-08-2024	14:00	15:00	01:00
30 z 30 Walidacja	-	07-08-2024	15:00	16:00	01:00

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	5 504,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	5 504,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	172,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	172,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 2



1 z 2

Joanna Janowicz

Doradca i trener biznesu. Inspirator mental & soul health w zakresie zdrowia psychicznego. Certyfikowany, międzynarodowy coach metody rozwojowej VEDIC ART® dla biznesu. Rozwija firmy poprzez rezyliencję – umiejętność radzenia sobie z trudnościami i bycie otwartym na nowe możliwości oraz poprzez sztukę i arteterapię. Wykładowca Executive MBA i kursu video o odporności psychicznej w Collegium Da Vinci. Autorka książki „Być Sobą. Żyć tak, by niczego nie żałować” oraz 1. w Europie warsztatu z wystąpień i skutecznej komunikacji na dachu stadionu.

Specjalizacja:

- Zdrowie mentalne i odporność psychiczna
- Inteligencja emocjonalna. Rezyliencja i well - being
- Naturalna motywacja i zaangażowanie
- Leadershiping oparty na wartościach
- Wystąpienia publiczne i praca z kamerą

Wspiera zarządy i kadre zarządzającą w rozwoju indywidualnym oraz firmy. Przez ostatnie 5 lat realizuje programy mentoringowe, inspiracyjne i z autoprezentacji. Pomaga ludziom w odkrywaniu sensu istnienia, by poszerzać ich obraz tego kim są i kim mogą stać się dla świata.

Nominowana do nagrody człowieka roku BRIEF.



2 z 2

Tomasz Zawadzki

-doktor nauk o zarządzaniu i jakości

-nauczyciel akademicki

-absolwent executive mba

-praktyk biznesu z ponad 15-letnim doświadczeniem w dziedzinie zarządzania i marketingu

W ciągu ostatnich 5 lat prowadził szkolenia z zakresu marketingu i wystąpień przed publicznością

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

prezentacja ze szkolenia

Informacje dodatkowe

Metoda NAVI™ przeznaczona jest dla przedstawicieli firm podczas spotkań biznesowych, exposé, wystąpień dla grup i przed kamerą. Stanowi część programu na studiach menedżerskich Executive MBA w Collegium da Vinci w Poznaniu. To autorska idea, jak od nieświadomych ograniczeń przejść płynnie i lekko do świadomej, pełnej satysfakcji wypowiedzi. Program opiera się na 4 filarach usprawniających jakość, skuteczność i swobodę poruszania się w tej dziedzinie. Proces trwa 4 dni, a zmiana zostaje na zawsze. Entuzjastycznie oceniany w firmach i z notą 4.9 / 5.0 jako jeden z uwielbianych bloków na studiach EMBA

Adres

ul. Baśniowa 1

60-193 Poznań

woj. wielkopolskie

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Agnieszka Skupio

E-mail agnieszka.skupio@ask-szkolenia.pl

Telefon (+48) 533 856 555