

## Šiuolaikinės komandos stiprinimas – skatinant sąmoningą asmeninį augimą

---

**DATA: 2020 m. vasario 27 d.**

**TRUKMĖ: 1 diena (8 akad. val.)**

**VIETA: „Comfort“ viešbutis, adresu: Kauno g. 14, Vilnius.**

**KAINA: \*130 Eur + PVM**

(\*į kaina įskaičiuotos lektoriaus paslaugos, mokymo programos parengimas, dalomoji medžiaga, pažymėjimai, maitinimas mokymų metu: kavos pertraukos, pietūs)

---

### **Mokymai skirti:**

Organizacijoms (realioms darbo grupėms, komandoms) arba įvairių organizacijų atstovams, kurie yra atsakingi už savo darbo grupių/komandų sutelkimo ir augimo stiprinimą.

### **Mokymų tikslai:**

Susipažinti su komandos sutelktumo ir bendrumo įgūdžių, orientuotų į dialogą ir bendradarbiavimą, stiprinimo galimybėmis ir būdais, paremtais šiuolaikine asmenybės augimo psichologija ir sąmoningumo metodais.

### **LEKTORĖ:**

**Eglė Masalskienė**

VU Psichologė, lektorė – jau nuo 2000 m. dėstanti mokymus įvairioms organizacijoms, o pastaruosius metus intensyviai konsultuojanti individualius asmenis įvairiomis psichologinėmis temomis „kitaip“. Lektorė yra įgijusi psichologijos magistro laipsnį, o savo kompetenciją nuolat didina jau daugelį metų dalyvaudama kvalifikacijos kėlimo kursuose. Eglė nuolat domisi dėmesio įsisavinimo, emocijų suvaldymo „mindfulness“ ir elgesio terapijos metodais, turi tarptautinį koučingo



specialisto sertifikatą ir yra baigusi Sveikatos mokslų universiteto po diplominių studijų programą „Įsisažmoninimu grįsti kognityvinės elgesio terapijos metodai“. Didžiule mokymų vedimo patirtimi, aukšta kompetencija ir gera nuotaika lektorė gali pasidžiaugti dėstydamą – lyderystės, komunikacijos, klientų aptarnavimo, komandos formavimo bei konfliktų ir streso, neigiamų emocijų suvaldymo ir temomis.

## MOKYMŲ PROGRAMA

<b>08:45 – 09:00</b>	<b>Registracija</b>
<b>09:00 – 10:30</b>	<b>Pradžia. Mokymai:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Efektyviai veikiančių komandų modeliai: anksčiau, dabar, ateityje.. kokie mes? Ko norėtume siekti?</li> <li>• Vidinė komunikacija ir bendravimas su kolegomis. Kas svarbu organizacijai? Kas svarbiausia man?</li> </ul>
<b>10:30 – 10:45</b>	<b>Kavos/arbato pertraukėlė</b>
<b>10:45 – 12:15</b>	<b>Mokymai:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Žmonės, kurie sudaro komandą: skirtingi charakteriai, elgesio ir mąstymo įpročiai.</li> <li>• Vaidmenys, kuriuos renkamės ir stipriųjų asmenybės pusių atskleidimas veikiant komandoje.</li> </ul>
<b>12:15 – 13:15</b>	<b>Pietų pertrauka</b>
<b>13:15 – 14:45</b>	<b>Mokymai:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Palankus komandiniam darbui elgesys ir sąmoningas bendravimas.</li> <li>• Asmeniniam augimui - sau būdingų elgesio schemų atpažinimas ir keitimas.</li> </ul>
<b>14:45 – 15:00</b>	<b>Kavos/arbato pertraukėlė</b>



15:00 – 16:30

**Mokymai:**

- Bendrystės jautimas ir sąmoningas apsisprendimas jį stiprinti arba nestiprinti.
- Optimizmas, iniciatyvumas ir kitos emocinės kompetencijos, stiprinančios komandą...

16:30

**Mokymų pabaiga.**

---

Kviečiame prieš mokymus - siųsti aktualius klausimus,  
kuriuos norite aptarti mokymų metu.

**REGISTRACIJA IR DAUGIAU INFORMACIJOS:**

[mokymai@asprendimai.eu](mailto:mokymai@asprendimai.eu)  
Tel. +370 520 31 503  
[www.asprendimai.eu](http://www.asprendimai.eu)

