kod szkolenia: HR-RO / MP_2D

Myślenie pytaniami - klucz do efektywnego rozwiązywania problemów

Czy wiesz, że zmieniając pytania, zmieniasz swoje życie? Zadając sobie odpowiednie pytania możesz wpłynąć na swoje działania zarówno w wymiarze zawodowym jak i w pozostałych obszarach życiowych. Warto nauczyć się tej umiejętności, aby podejmowane działania przynosiły nam jak najwięcej korzyści.

Odbiorcy szkolenia

Szkolenie dedykowane jest osobom, które:

- Pragną podnieść swoją efektywność osobistą i zawodową poprzez lepszą komunikację.
- Chcą rozwijać umiejętności interpersonalne i coachingowe.
- Szukają sposobów na zwiększenie kreatywności i innowacyjności w rozwiązywaniu problemów.
- Aspirują do głębszego zrozumienia siebie i innych poprzez refleksję i świadome zadawanie pytań.

Korzyści

Efekty rozwojowe:

- Opanowanie techniki zadawania efektywnych pytań, które otwierają na nowe możliwości i rozwiązania.
- Zwiększenie świadomości własnych scheatów myślowych i ich wpływu na codzienne decyzje i interakcje.
- Umiejętność przeprowadzenia dialogu wewnętrznego i zewnętrznego, który wspiera osobisty rozwój i budowanie relacji.

Program szkolenia

Moduł 1: Podstawy Pytanio-myślenia

- Rozumienie władzy pytań i ich wpływu na nasze myślenie i działanie.
- Praktyczne wprowadzenie do modelu Q-Storming® jako narzędzia rozwiązywania problemów.

Moduł 2: Zrozumienie Dwóch Podstawowych Pytań

- Eksploracja różnicy między 'Pytaniami Dlaczego' a 'Pytaniami Co Jeszcze'.
- Ćwiczenia w identyfikacji i zmianie ograniczających przekonań za pomocą świadomego pytania.

Moduł 3: Mapa Wyboru

- Nauczenie, jak stosować Mapę Wyboru do świadomej zmiany własnych reakcji i zachowań.
- Warsztaty praktyczne z zastosowania Mapy Wyboru w realnych sytuacjach biznesowych i życiowych.

Moduł 4: Pytania w Przywództwie i Coachingu

- Jak efektywnie korzystać z pytań w celu inspirowania i rozwijania innych.
- Przykłady zastosowania skutecznego pytania w procesie coachingowym i mentoringowym.

Moduł 5: Zastosowanie w Życiu Osobistym i Zawodowym

- Wykorzystanie narzędzi z książki do poprawy komunikacji w zespole.
- Techniki stosowania pytań do głębszego zrozumienia siebie i innych.

Narzędzia:

- Zestaw pytań coachingowych opartych na metodologii Marilee Adams.
- Ćwiczenia interaktywne bazujące na studiach przypadków i scenariuszach z życia wziętych.
- Materiały dydaktyczne w tym fragmenty książki "Change Your Questions, Change Your Life" do pracy własnej.

Oczekiwane przygotowanie uczestnika

Szkolenie nie wymaga wcześniejszego przygotowania

Czas trwania

2 dni / 12 godzin

Język

- Szkolenie – język polski
- Materiały – język polski