



- Tematyka:** Męskim okiem – Żyj jak facet, pracuj jak kobieta.
Komunikacja – relacje kobieta – mężczyzna, przełożony – podwładny.
Feminizm – pomoc czy może przeszkoda?
„Grzeczne dziewczynki idą do nieba a niegrzeczne idą tam, gdzie chcą” Krótkie historie słynnych kobiet – studium przypadku.
Kilka słów o inteligencji emocjonalnej.
Zarządzanie przez intuicję.
Firma na obcasach – krótka lekcja stylu i autoprezentacji.
Businesswoman elementem budowania wizerunku firmy
Radzenie sobie ze stresem, zarządzanie czasem.
- Metody:** warsztaty interaktywne: wykład, dyskusja, analiza przypadków, ćwiczenia indywidualne i w grupach, wnioski i plan działań.
- Czas trwania:** 2 dni (16 godzin)
- Program:**
- 1. Męskim okiem – Żyj jak facet , pracuj jak kobieta**
 - a) Przyjmuj cios jak kobieta
 - b) Ucz się jak kobieta
 - c) Uśmiechaj się jak kobieta
 - d) Licz się z innymi jak kobieta
 - e) Rozmawiaj jak kobieta
 - f) Doceniaj wagę rodziny jak kobieta
 - g) ALE wierz w siebie jak facet!
 - 2. Komunikacja**
 - a) dwie ważne relacje: kobieta – mężczyzna, przełożony/na – podwładny/na
 - b) mosty zamiast murów-
 - męskie i kobiece style ekspresji,
 - język kobiet i język mężczyzn,
 - rozgadane kobiety i milczący mężczyźni – stereotypy?
 - asertywność i negocjacje
 - 3. Feminizm – pomoc czy może przeszkoda?**
 - Co tak naprawdę oznacza feministyczny model spełnienia kobiety, jak go zmierzyć i czym kosztem się odbywa
 - Skąd się wzięło powiedzenie” Kobieta musi być dwa razy lepsza od mężczyzny aby choć w połowie była tak dobra jak on”
 - Czy można nie być feministką ale mieć feministyczną duszę?
 - 4. Krótkie historie słynnych kobiet – studium przypadku.**

Kilka opowieści i przykładów z życia słynnych kobiet
 - 5. Inteligencja emocjonalna.**
 - Czym się różni IQ od EQ?
 - Rola inteligencji emocjonalnej w życiu zawodowym.
 - postępowanie zgodnie z zasadami EQ.
 - jak nauczyć się EQ?
 - 6. Zarządzanie przez intuicję.**
 - nz czym polega zarządzanie przez intuicję?
 - czy można się nauczyć intuicji?
 - jak ją wykorzystywać w zarządzaniu?
 - 7. Firma na obcasach – krótka lekcja stylu i autoprezentacji**
 - „Żonglowanie” własnym wyglądem
 - czy wiesz co myślą o Tobie inni? czyli jak Cie widzą tak Cię piszą,
 - „Każdy jest ambasadorem własnej marki”
 - wizaż i stylizacja jako elementy kreowania wizerunku
 - kobieta z klasą
 - Savoir - vivre a autoprezentacja
 - 8. Businesswoman elementem budowania wizerunku firmy**
 - Zasady profesjonalnego reprezentowania firmy
 - Businesswoman jako osoba kluczowa w budowaniu wizerunku firmy
 - Profesjonalna businesswoman - etykietą firmy
 - Spotkania bezpośrednie z klientami
 - 9. Radzenie sobie ze stresem , zarządzanie czasem**

Biuro Projektu:

FRDL Małopolski Instytut Samorządu Terytorialnego i Administracji
ul. Szlak 73a, 31-153 Kraków,
tel./fax: (12) 633-51-54, 633 82 85, wew. 142

e-mail: akademia@mistia.org.pl
<http://www.mistia.org.pl>



KAPITAŁ LUDZKI
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI

UNIA EUROPEJSKA
EUROPEJSKI
FUNDUSZ SPOŁECZNY



Projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

- Organizacja czasu
- Jak unikać nadmiaru informacji
- analiza problemów
- delegowanie zadań
- asertywna komunikacja w pracy
- opanowanie stresogennych relacji

Biuro Projektu:

FRDL Małopolski Instytut Samorządu Terytorialnego i Administracji
ul. Szlak 73a, 31-153 Kraków,
tel./fax: (12) 633-51-54, 633 82 85, wew. 142

e-mail: akademia@mistia.org.pl
<http://www.mistia.org.pl>