

Sela.

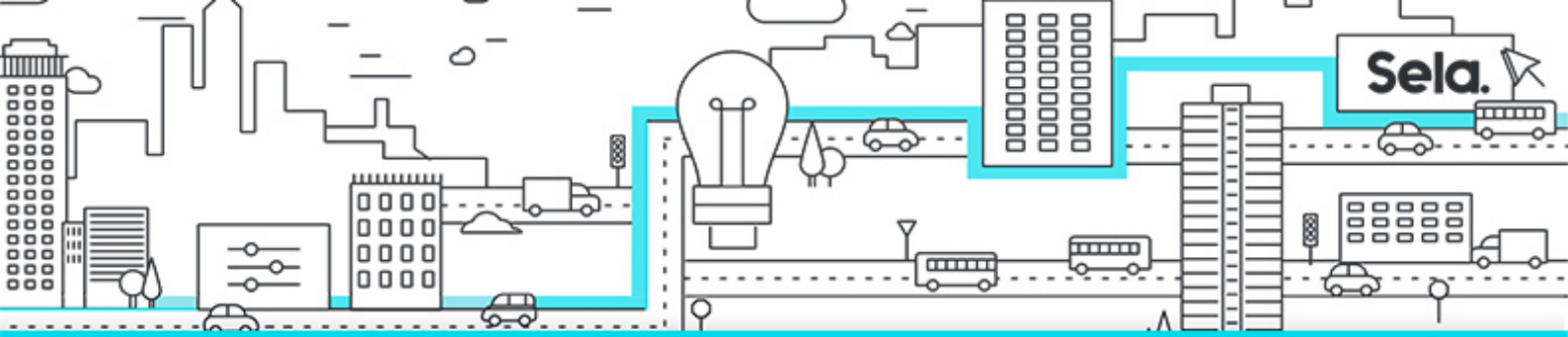
MNG28A

איזון בין משפחה לקריירה - האם אפשרי?

college@sela.co.il

03-6176666





איזון בין משפחה לקריירה - האם אפשרי?

MNG28A - Version: 1

1 day course

תיאור:

במאה ה-21 מנהלים נדרשים לתוצאות מעל ומעבר למצופה, ובעמידה ביעדים בקצב מהיר שמתכתב עם העולם העיסקי. הלחץ הרב שהם חווים גובה פעמים רבות מחיר גבוה המשולם במערכות היחסים שלהם עם אנשי הצוות באחריותם, לצד מחיר לא פחות גבוה מול מערכות היחסים הזוגיות והמשפחתיות שלהם. יחד עם זאת, ישנן יכולות שלא נולדים איתן ואינן נלמדות אף באקדמיה. כדי להצליח לעמוד ביעדים, להגיע לתוצאות הרצויות, זקוקים המנהלים לכלים מעולמות הפסיכולוגיה החיובית, להתנסות אמיתית עם מושגי האינטליגנציה הרגשית לצד פיתוח יכולות האמפתיה וההקשבה.

קהל יעד:

מנהלים בכל הדרגות המתמרנים כל יום בין קריירה למשפחה

מטרות:

- שיקוף המצב האמיתי ועוררות למחשבה עמוקה והבנה של מה אני צריכה לשנות
- הצעות לפתרון - 8 מפתחות ישימים ופרקטיים למימוש ממחר בבוקר

נושאים:

- שיח פתוח על השאלות שאני שואל את עצמי, דגשים על מה הייתי רוצה לשנות, מה בידיים שלי לשנות.
- מודל העונג והכאב - הטריגרים לשינוי במצבי שגרה
- המצב המצוי מול המצב הרצוי (משחק הליצינים), מה חשוב לי באמת?
- ניהול זמן
- הצבת מטרות
- בחירה מול ויתור
- ריטואלים



- גבולות
- ועוד...