

17 мая 2023 г. (среда)



Жизнестойкость как основная форма борьбы с дистрессом

Продолжительность: 4 ак.ч. с 10:00 до 13:30. Перерыв на кофе с 11:30 до 12:00.

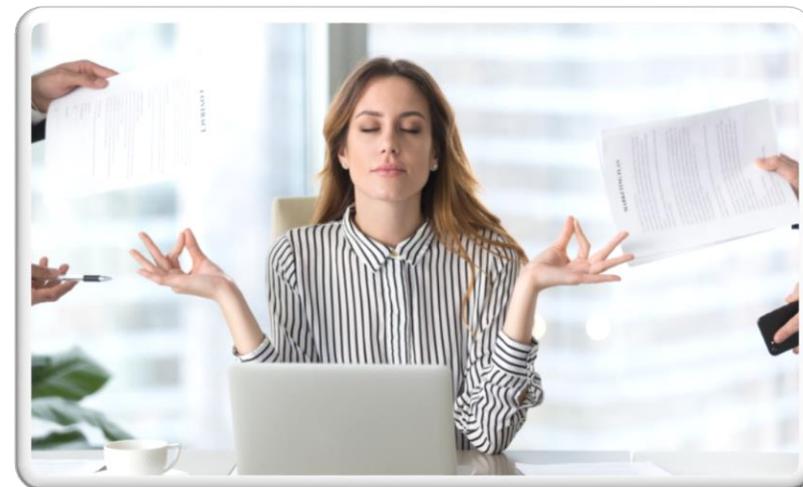
Цель: осознать новую реальность существования и результативности во время множественных кризисов.

Целевая аудитория: антикризисные менеджеры, руководители, служба HR.

Спикер: Филиппова Елена - бизнес-консультант международного уровня. На семинарах и тренингах передает свой 20-летний опыт работы в T&D и рекламном менеджменте.

Ключевые темы:

- Множественный стресс и его проявления в разных форматах;
- Оценка эффективности психологических приемов управления стрессом. Техники достижения промежуточных результатов;
- Жизнестойкость для всех: как выбрать лучшую тактику для личной стабильности;
- Жизнестойкость лидера: как устоять самому и найти силы мотивировать других.



Формат тренинга: Мини-лекция, фасилитация, ролевая игра, моделирование ситуации.