

## **Индивидуальный курс для Executive (может быть гибко сформирован под индивидуальный запрос руководителя)**

*Курс из 10ти коуч-сессий по 1,5-2 часа:*

1 сессия – Постановка целей, приоритеты и критерии результативности, нахождение ресурсов, ценности, пошаговый план реализации задач.

2 сессия – Работа с внутренними ограничениями. Поиск внутренних ресурсов. Корректировка личной истории.

3 сессия – Внутреннее состояние, стимулы, состояние потока, сохранение продуктивности. Стрессоустойчивость

4 сессия – Баланс сфер жизни. Выстраивание стратегии развития

5 сессия – Мотивация и повышение вовлеченности – себя и других. Делегирование. Обучение: наставничество, коучинг, менторинг.

6 сессия – Продуктивное взаимодействие. Эффективные коммуникации. Построение позитивных отношений.

7 сессия - Успешное внедрение изменений в организации

8 сессия – Поиск и нахождение решений в сложных ситуациях

9 сессия – Подготовка к публичным выступлениям

10 сессия – Подготовка к сложным переговорам