

## Ormenișan Ane-Mary \* Persoană Fizică Autorizată

C.U.I.: 46631107

Nr. de ordine in Registrul Comertului: F40/3591/10.08.2022

Identificator Unic la Nivel European (EUID): ROONRC.F40/3591/2022

Cont IBAN: RO62CECEB00030RON2311838

CEC BANK SA - Sucursala ALEXANDRU OBREGIA

### Agenda seminarului "Comunicarea eficientă" – sub licență PCM® –

Online\*\*\* Locația: ZOOM

Prima zi:	A doua zi:	A treia zi:
<p><b>Program de lucru: 9,00-16,30</b></p> <p><b>Prima sesiune de lucru:</b> Introducere; Exercițiul "Interviu"; Percepții</p> <p><b>9,00 - 10,30</b></p> <p><b>Pauză de cafea: 10,30 – 10,45</b></p> <p><b>A doua sesiune de lucru:</b> Percepții; Tipuri de personalitate</p> <p><b>10,45 – 13,00</b></p> <p><b>Pauză de prânz: 13,00 – 13,40</b></p> <p><b>A treia sesiune de lucru:</b> Tipuri de personalitate – continuare; Conexarea conceptelor/noțiunilor</p> <p><b>13,40 – 15,15</b></p> <p><b>Pauză de cafea: 15,15 – 15,30</b></p> <p><b>A patra sesiune de lucru:</b> Stiluri de interacțiune; Părți ale personalității</p> <p><b>15,30 – 16,30</b></p>	<p><b>Program de lucru: 9,00-16,30</b></p> <p><b>Prima sesiune de lucru:</b> Părți ale personalității utilizate în comunicare - continuare</p> <p><b>9,00 - 10,30</b></p> <p><b>Pauză de cafea: 10,30 – 10,45</b></p> <p><b>A doua sesiune de lucru:</b> Canale de comunicare</p> <p><b>10,45 – 13,00</b></p> <p><b>Pauză de prânz: 13,00 – 13,40</b></p> <p><b>A treia sesiune de lucru:</b> Preferințe ambientale relaționale; Nevoi psihologice fundamentale</p> <p><b>13,40 – 15,15</b></p> <p><b>Pauză de cafea: 15,15 – 15,30</b></p> <p><b>A patra sesiune de lucru:</b> Nevoi psihologice fundamentale - continuare</p> <p><b>15,30 – 16,30</b></p>	<p><b>Program de lucru: 9,00-16,30</b></p> <p><b>Prima sesiune de lucru:</b> Secvențe de Distres gr. I ("Ușa distresului")</p> <p><b>9,00 - 10,30</b></p> <p><b>Pauză de cafea: 10,30 – 10,45</b></p> <p><b>A doua sesiune de lucru:</b> Secvențe de Distres gr. II și III</p> <p><b>10,45 – 13,00</b></p> <p><b>Pauză de prânz: 13,00 – 13,40</b></p> <p><b>A treia sesiune de lucru:</b> Plan individual de acțiune; Exercițiu de încheiere (evaluare);</p> <p><b>13,40 – 15,15</b></p> <p><b>Pauză de cafea: 15,15 – 15,30</b></p> <p><b>A patra sesiune de lucru:</b> Q&amp;A și concluzii; Încheiere</p> <p><b>15,30 – 16,30</b></p>

#### Important de reținut:

- **Vă aștept cu mult drag și vă rog să fiți punctuali!!!** 🧡
- **Detașați-vă cât puteți de mult de grijile obișnuite ale zilei și de factorii de stres!** 🌸
- **Acordați-vă permisiunile de care aveți nevoie pentru a vă simți bine!** 🧡



**Ane-Mary Ormenișan P.F.A.**

E-mail: [ane-mary.ormenisan@lifelong.ro](mailto:ane-mary.ormenisan@lifelong.ro) Mobil: 0733.918.961