

## PROCESS COMMUNICATION MODEL®

### KATALOG WARSZTATÓW 2021

#### WARSZTATY ONLINE



Process Communication Model® jest efektywnym narzędziem wspierającym lepsze rozumienie siebie i innych. Pozwala na rozpoznanie własnych preferencji i potrzeb oraz dostrzeżenie ich u innych, co umożliwia naturalne dopasowanie się i zbudowanie porozumienia - w relacjach prywatnych i biznesowych.

Pokazuje ponadto przewidywalne sekwencje stresu i sposoby zapobiegania im poprzez zaspokajanie adekwatnych potrzeb psychologicznych. Pozwala to na utrzymanie efektywności i satysfakcji w życiu prywatnym i zawodowym.

**ONLINE**

## PCM 1 | Process Communication Model®: podstawowe zagadnienia

**TERMIN:** 29 listopada – 1 grudnia 2021

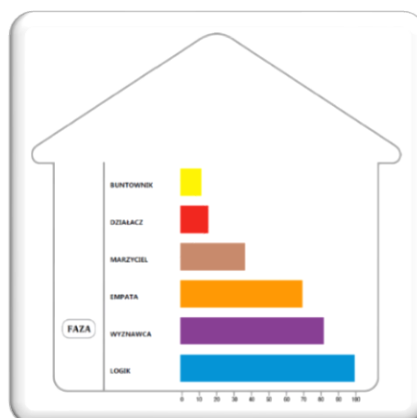
**09:00 - 12:30 | pauza | 14:00 - 17:00**

Podczas tego praktycznego warsztatu odkryjesz, jak korzystać z modelu, aby budować efektywną komunikację, skutecznie motywować siebie i innych, rozpoznawać reakcje na stres, przewidywać możliwe negatywne zachowania oraz umożliwiać wyjście z tej negatywnej sekwencji: sobie i innym.

> Poznasz swoją strukturę w oparciu o indywidualny profil oraz obserwację. <

### CO ZYSKASZ?

- Będziesz rozpoznawać każdy z 6 typów osobowości.
- Dowiesz się, jak budować skuteczną komunikację.
- Poznasz kluczowe potrzeby psychologiczne i zobaczysz, jak je zaspokajać.
- Poznasz sygnały świadczące o wchodzeniu w sekwencję stresu i 3 poziomy sekwencji stresu.
- Dowiesz się, jak adekwatnie odpowiadać na sygnały stresu na każdym poziomie.
- Poznasz zasady budowania optymalnego planu działania: prywatnego i zawodowego.



### INWESTYCJA:

2400 zł netto | 2952 zł brutto

(10% zniżki w wersji online)

2160 zł netto | 2656,8 zł brutto

### W CENIE WARSZTATU:

- Twój profil **PCM 7 elementów**;
- raport **Klucz do mojego profilu** - szczegółowy opis struktury i indywidualny plan działania;
- **materiały PCM 1** (online lub drukowane).

### Tylko w wersji online:

- **Indywidualna 1h sesja informacji zwrotnej PCM** przed warsztatem (poznasz swój profil na starcie!)
- **10% zniżki od ceny podstawowej**: w końcu o wygodne miejsce, kawkę i ciacho dbasz sam/a! :)
- Gwarancja satysfakcji z wersji online: Jeśli uznasz, że formuła online nie była dla Ciebie komfortowa, **możesz powtórzyć warsztat stacjonarnie**, gdy już wszystko wróci do normy – bez żadnych opłat!



ONLINE

## PCM 2 | PCM®: Rozwiązywanie konfliktów i motywacja

> warsztat zaawansowany - dedykowany osobom, które odbyły już warsztat PCM 1 <

TERMIN: 20 – 21 grudnia 2021

09:00 - 12:30 | pauza | 14:00 - 17:00

Podczas tego praktycznego warsztatu zajrzysz głębiej w potrzeby swoje oraz innych. Zobaczysz, jakie wzorce porażki zostają aktywowane, gdy pojawia się stres, czyli jak to sobie organizujemy, aby przeżyć sytuację w określony sposób. Poznasz stojące za fazami obszary problemowe, wywodzące się z wczesnego dzieciństwa i zobaczysz ich powiązanie z aktualnym funkcjonowaniem.

> Poznasz swój „wzorec porażki” (skrypt) wynikający z Twojej struktury osobowości. <

### CO ZYSKASZ?

- Nauczysz się rozpoznawać sekwencję stresu: od subtelnych sygnałów (driver), przez specyficzne zachowania (maska), aż do wypłaty.
- Poznasz mity - przekonania, w które wierzymy, gdy rozpoczynamy sekwencję stresu, a które wpływają na naszą postawę wobec innych.
- Nauczysz się podejmować konstruktywne interwencje.
- Poznasz typy wzorców porażki (typy skryptów) i dowiesz się, jaki mają wpływ na funkcjonowanie, a także poznasz swój wzorec.
- Dowiesz się, jak dostrzegać fazę i stojący za nią osobisty obszar do przepracowania.

PROFIL OSOBOWOŚCI		Jan Kowalski	
Kwalifikacja PCM Allen-Miller			
Wzrost	180	15. Skłonność intelektualna	100
Waga	75	16. Skłonność emocjonalna	100
Temperatura	36,5	17. Skłonność społeczna	100
Ciężar serca	60	18. Skłonność do przywiązania	100
Ciężar płuc	2,0	19. Skłonność do przywiązania	100
Tempo tętna	70	20. Skłonność do przywiązania	100
Tempo oddechu	12	21. Skłonność do przywiązania	100
Tempo krążenia krwi	1,0	22. Skłonność do przywiązania	100
Tempo krążenia krwi	1,0	23. Skłonność do przywiązania	100
Tempo krążenia krwi	1,0	24. Skłonność do przywiązania	100
Tempo krążenia krwi	1,0	25. Skłonność do przywiązania	100
Tempo krążenia krwi	1,0	26. Skłonność do przywiązania	100
Tempo krążenia krwi	1,0	27. Skłonność do przywiązania	100
Tempo krążenia krwi	1,0	28. Skłonność do przywiązania	100
Tempo krążenia krwi	1,0	29. Skłonność do przywiązania	100
Tempo krążenia krwi	1,0	30. Skłonność do przywiązania	100

### INWESTYCJA:

~~1600 zł netto~~ | 1968 zł brutto

(10% zniżki w wersji online)

1440 zł netto | 1771,2 zł brutto

### W CENIE WARSZTATU:

- profil PCM 8 elementów;
  - materiały PCM 2
- (online lub drukowane).



### Tylko w wersji online:

- 1h indywidualnej konsultacji online po warsztacie: okazja do pogłębienia interesujących obszarów.
- 10% zniżki od ceny podstawowej: w końcu o wygodne miejsce, kawkę i ciacho nadal dbasz sam/a.
- Gwarancja satysfakcji z wersji online: Jeśli uznasz, że formuła online nie była dla Ciebie komfortowa, możesz powtórzyć warsztat stacjonarnie, gdy już wszystko wróci do normy – bez żadnych opłat!



**PROCESS  
COMMUNICATION  
MODEL®**

## O TRENERZE

**AGNIESZKA WOŚ-SZYMANOWSKA** - konsultant biznesowy, psycholog  
przedstawiciel Process Communication Model w Polsce

- > **certyfikowany coach i trener PCM®**  
(PCM Train the trainers, Kahler Communication Europe)
- > **certyfikowany trener biznesu**  
(Akademia Trenerów Biznesu, Kontrakt OSH)
- > **certyfikowany coach**  
(Practitioner Coach Diploma, Noble Manhattan Coaching)
- > **praktyk Analizy Transakcyjnej**  
(ponad 700h szkoleń w nurcie AT, regularna superwizja)
- > **absolwent Executive MBA**
- > **od 2010 r. prowadzi firmę szkoleniowo-doradczą reDECYZJA**



## DOFINANSOWANIE WARSZTATÓW

Wszystkie warsztaty PCM są wpisane do **Bazy Usług Rozwojowych** i możliwe jest pozyskanie dofinansowania na udział w nich!

Interesuje Cię opcja dofinansowania udziału w warsztatach? Zapytaj o szczegóły!

## INFORMACJE I ZGŁOSZENIA

[agnieszka@pcmpolska.pl](mailto:agnieszka@pcmpolska.pl)

+48 501 844 827

Chcesz sprawdzić, czy PCM jest dla Ciebie? Potrzebujesz zadać parę pytań, aby się upewnić?

**Umów się ze mną na niezobowiązującą rozmowę online:**

**[www.calendly.com/wos-szymanowska/spotkanie-z-pcm](http://www.calendly.com/wos-szymanowska/spotkanie-z-pcm)**

Porozmawiamy o PCM, odpowiem na Twoje pytania i sprawdzisz,  
na ile model wpisuje się w Twoje potrzeby.

## ŚCIEŻKI CERTYFIKACJI PCM®

**Jesteś konsultantem dla organizacji, trenerem, coachem? Szukasz sprawdzonych narzędzi?**

Po ukończeniu warsztatów PCM 1 i PCM 2 zapraszam Cię na warsztaty certyfikacyjne!

### CO ZYSKASZ?

Możliwość wykorzystania w swojej pracy unikatowego modelu. Wyróżniki PCM®:

- PCM® został opracowany we współpracy z NASA, gdzie przez ponad 20 lat był poddawany badaniom i wdrożeniu - NASA wykorzystywała model do rekrutacji astronautów i zarządzania stresem.
- Wykorzystują go znane osoby publiczne, m.in. Bill Clinton, którego dr Kahler był osobistym doradcą.
- PCM® jest wdrażany przez duże, znaczące korporacje w procesach rozwojowych managerów.
- Model wykracza poza klasyczne kwestie komunikacji i preferencji, pokazując m.in. przewidywalną sekwencję stresu każdej osoby, wzorec porażki oraz możliwe zmiany w toku życia.
- PCM® opracował dr Taibi Kahler - stanowi on kontynuację prac dr Kahlera nad pojęciami miniskryptu i driverów, które wprowadził do Analizy Transakcyjnej - jest to najbardziej aktualna koncepcja driverów.

### KTO KORZYSTA Z PCM®?

W Polsce PCM® jest nowością i budzi zainteresowanie coraz większej ilości firm. Jest wartościowym wyróżnikiem dla trenera lub konsultanta, który stawia na jakość stosowanych narzędzi i metod. Ze szkoleń PCM® Kahler Communications Inc. z sukcesem skorzystali:



## FAQ

### *Czy na warsztatach online mogę liczyć na tę samą ilość materiału i jakość?*

Tak! Warsztaty mają ten sam zakres merytoryczny oraz czas trwania, zmieniła się jedynie formuła. To już trzecia edycja warsztatów online – poprzednie dwie uzyskały najwyższe noty w ocenie satysfakcji uczestników. Ofertę online poprzedziły liczne testy i wnioski zebrane z doświadczenia przedstawicieli PCM z całej Europy. Aktualnie mogę więc z przekonaniem zaprezentować wysoką jakościowo ofertę i sprawdzone rozwiązania – zarówno techniczne, jak i merytoryczne. Mało tego – w wersji online zyskujesz! Masz dodatkowo możliwość konsultacji 1 na 1: aby poznać swój profil (warsztat PCM 1) oraz dopytać o wszystko, co Cię interesuje (warsztat PCM 2).

### *Co jeśli sytuacja się ustabilizuje? Czy warsztaty będą zmienione na wersję stacjonarną?*

Nie. Decyzja o zmianie formuły była poprzedzona uważną analizą sytuacji. Na ten moment jest ona niestabilna i to dla mnie ważne, aby w tym niepewnym czasie zaoferować coś pewnego. Umawiamy się zatem na pracę online i tak pozostanie. Możesz więc śmiało zaplanować swój grafik z pewnością, że nie dostaniesz nagle informacji o konieczności dojazdów na zajęcia stacjonarne.

### *Lubię warsztaty stacjonarne i prawdopodobnie będę chciał/a skorzystać później również z opcji dołączenia do grupy, gdzie jest haczyk?*

Nie ma! :) Zapraszam Cię serdecznie do dołączenia do warsztatów PCM 1 i PCM 2 w wybranym przez Ciebie momencie – do 3 lat od ukończenia warsztatów online.

### *Czy mogę wziąć udział, jeśli na stałe mieszkam poza Polską?*

Jestem przedstawicielem PCM w Polsce, stąd warsztaty online dedykowane są mieszkańcom Polski właśnie. Jeśli mieszkasz poza granicami kraju, ale zależy Ci na udziale w warsztatach organizowanych po polsku – napisz proszę do mnie. Skontaktuję się z przedstawicielem PCM z Twojego regionu, aby ustalić warunki Twojego uczestnictwa.

### *Co mogę robić po warsztatach PCM 1 / PCM 2? Czy mogę uczyć innych o PCM?*

Celem warsztatów PCM 1 jest zaznajomienie uczestników z podstawowymi elementami modelu tak, aby mogli korzystać z tej wiedzy na co dzień: zarówno prywatnie, jak i zawodowo. Na warsztacie PCM 2 zapraszam do dalszej, głębszej refleksji, szczególnie dotyczącej funkcjonowania w dystresie. Wiedzę z warsztatów PCM 1 i PCM 2 można wykorzystać w praktyce zarówno w życiu prywatnym, jak i zawodowym. Warsztaty te nie dają jednak uprawnień do wykonywania kwestionariuszy PCM z klientami oraz do prowadzenia warsztatów / sesji z tego zakresu. Osoby zainteresowane włączeniem PCM do swojej praktyki trenera / konsultanta / coacha zapraszam po ukończeniu warsztatów PCM 1 i PCM 2 na warsztaty certyfikacyjne, które przygotowują do zdania egzaminu uprawniającego do korzystania z modelu jako trener / coach PCM.