Автор: Tholv
18.09.2010 07:17 -

Что я знала о тренингах, до того, как пустилась в это путешествие?

Около 12000000 результатов выдали поисковые системы на слово "тренинг", попутно обозначив основные тренды: это тренинги по психологии вообще, обучающие тренинги для менеджеров, бизнесменов, тренеров, женщин, детей, студентов, тренинги личностного роста, терапевтические тренинги.

Уточнив у Wikipedia что же такое тренинг: "Тренинг (англ. training от train — обучать, воспитывать) - совокупность групповых методов формирования умений и навыков самопознания, общения и взаимопонимания людей в группе", какие формы проведения тренингов бывают, какие психологические методы в них используют, я решила конкретизировать свой вопрос: "тренинг-центры Москва".

В первую десятку попали центры самой разной направленности: от сугубо бизнес-тренингов до центров, включающих в свой ассортимент широкий спектр и других программ.

Для себя решила, что в качестве критериев отбора буду обращать внимание на следующие моменты:

сколько лет центр уже существует, количество тренеров, их квалификация, программы.

Куда же в первую очередь?

"Философские сказки" (издательство "Астрель", г.) Н.И. Козлова привели меня на сайт учебного центра "Синтон".

Я просмотрела портал, обращая внимание, на все вышеперечисленные критерии,

уточнила у администратора о заинтересовавшей меня программе.

Так, первым центром, куда я отправилась, стал "Синтон": "Базовый тренинг: мастерство коммуникации".

Предпосылки: Хоть я и контактный человек, но не всегда мое взаимодействие с другими людьми проходит успешно. Можно себя бесконечно грызть и мучать за совершаемые ошибки, но как этого не делать и стать лучше?

После прохождения базового курса:

Хорошая школа для тех, кто хочет развивать в себе светлые стороны характера.

Мне реально стало легче слушать не перебивая, интереснее узнавать, чего хотят люди рядом со мной в данную минуту, на какие моменты обращать внимание, чтобы это почувствовать, и главное – дать.

Сильно способствует внутреннему позитиву основополагающий принцип "Синтона": "У нас нет недостатков, у нас есть особенности; нет трудностей – есть задачи, творческие задачи, которые необходимо решать".

Не хочу раскрывать всех "секретов" - просто поверьте, применение этой матрицы в любой сфере делает жизнь ярче и … понятнее.

Помимо базового курса у "Синтона" богатая линейка программ на все случаи жизни: базовый тренинг –это первая ступень, далее: "Мир эмоций, управление собой", "Успешный человек: достижение целей", "Трудные игры: философия жизненного выбора", "Королевство: школа цивилизованного лидерства", и еще очень многие другие программы для взрослых и детей.

Основная аудитория тренинг-центра - молодежь до 35. Лица у всех: что у работников центра, что у обучающихся приветливые, отрытые, глаза умные. Обстановка душевная - уходить не хочется.

Поскольку мне было интересно посетить разные тренинг-центры, бизнес-тренинг я решила пройти в консалтинговой группе "Гермес".

Предпосылки: по роду своей деятельности я не связана с прямыми продажами. А тут вот заинтересовалась. Захотелось попробовать.

Выбрала тренинг: "Продажи по телефону". Обучение прошла у Шакуна Юрия Александровича -

бизнес-тренера, консультанта по стратегическому планированию, развитию дистрибуции, розничных продаж, управлению закупками.

На выходе: Очень интересный тренинг получился. Научилась выстраивать беседу так, чтобы клиент говорил намного больше, чем я. Закрепила свои навыки по слушанию и умению задавать "правильные вопросы": те, что не уводят от конечной цели и выгодны, как мне, так и моему клиенту.

А помимо этого еще и массу других интересных мыслей получила: о том, что обязательно надо заботиться о выгоде клиента, стремиться не к одиночным (урвал свой куш), а стабильным продажам и многое другое.

Аудитория: мужчины тридцати- сорока пяти лет, проходят тренинг, чтобы получить ответы на конкретные вопросы из сферы своей деятельности.

Последним пунктом моего назначения был танцевально-психологический тренинг Александра Гиршона "Жить танцуя".

Да, еще в критерии отбора, будет полезным добавить харизматичность тренера.

Об Александре Гиршоне знала давно, была на выступлениях, друзья рекомендовали.

На деле люди приходят в центр просто подвигаться, пообщаться, получить удовольствие.

Здесь человек в спокойном режиме, если хочет, открывает в себе что-то новое (если хочет, потому, что в центре "Жить танцуя" люди не производят впечатления тех, кому срочно, во чтобы то ни стало, нужно добиться просветления).

Предпосылки: Занималась разными танцевальными техниками, но на уровне мышц все равно есть зажимы. Хотелось послушать свое тело, понять, в чем причины.

Там же можно поучаствовать в голосовом перфомансе "Праздник звука". Его ведут тренеры центра Екатерина Величко и Елена Котеленко: тонкая работа с телом, прелюбопытнейшая - с голосом. Все ребята в круге, в конце занятия сказали такие проникновенные слова, я несколько дней возвращалась к этому событию в моей жизни. Очень рекомендую. И публика самая интеллектуальная.

Подведем итоги:

На входе: была молодая женщина с определенными сложностями в общении с окружающими, немного страдающая самоедством, увлекающаяся телесно-ориентированной терапией, проблемами самопознания, с недостатком практических знаний по маркетингу.

На выходе: Она же, подбодренная "Синтоном", вооруженная "Гермесом", несколько озадаченная от приоткрывшихся горизонтов, где рядом с контактной импровизацией "Жить танцуя", соседствуют расстановки по Хеллингеру и бриллиантовая россыпь

аналитических выкладок НЛП. Продолжение следует.