



[WWW.CONICONTRAINING.COM](http://WWW.CONICONTRAINING.COM)

## 16 Τρόποι να Απελευθερώσετε και να Ενδυναμώσετε την Αυτοπεποίθησή σας

Ημερομηνία: 30 (Παρασκευή) Οκτωβρίου 2020



### CONICON LTD

Address: P.O. Box 53300, 3301 Limassol, Cyprus  
email: [info@conicontraining.com](mailto:info@conicontraining.com), [conicon@logos.cy.net](mailto:conicon@logos.cy.net)  
Phone: (+357) 25 74 93 70  
Fax: (+357) 25 74 93 71

**ConiCon**  
TRAINING & MANAGEMENT  
CONSULTING

## **Ανάγκη κατάρτισης:**

Η αυτοπεποίθηση μας καθορίζει τον τρόπο που μας βλέπουν τα άλλα άτομα.

Είναι η εμπιστοσύνη και η πίστη που έχουμε στον εαυτό μας. Επιπρόσθετα είναι το στοιχείο του χαρακτήρα μας που μας κάνει να ξεχωρίζουμε. Αν δεν έχεις αυτοπεποίθηση, έχεις πολύ περιορισμένες επιλογές και δεν μπορείς να διεκδικήσεις αυτά που θες.

- Θα ήθελες να διεκδικήσεις περισσότερα πράγματα;
- Να είσαι σε θέση να λες την γνώμη σου χωρίς να σκέφτεσαι τι θα πουν οι άλλοι;
- Να μπορείς να πεις όχι;

Εάν η απάντηση σου είναι Ναι!

Τότε το εργαστήρι αυτό έχει σχεδιαστεί για να ενδυναμώσει και να απελευθερώσει την αυτοπεποίθησή σου.

## **Με τη συμπλήρωση του σεμιναρίου οι συμμετέχοντες θα είναι σε θέση να:**

- Γνωρίσουν τον εαυτό τους (δυνατά — αδύνατα σημεία)
- Επικεντρωθούν στα δυνατά τους σημεία (για να τα αναδείξουν)
- Σχεδιάσουν μια στρατηγική για να αυξήσουν την αυτοπεποίθησή τους
- Εφαρμόζουν τις πρακτικές συμβουλές που θα μάθουν στην καθημερινότητά τους
- Αναδεικνύουν την προσωπικότητά τους
- Ανακαλύψουν εξοικονομημένα τι μπορεί να ενισχύσει την αυτοπεποίθησή τους
- Καταλάβουν πόσο σημαντικός παράγοντας είναι η θετική σκέψη
- Μάθουν να ενεργοποιούν την θετική σκέψη
- Αποκτήσουν μια ευχάριστη προσωπικότητα
- Διεκδικήσουν τα πράγματα που επιθυμούν αλλά δεν το έκαναν
- Να Είναι ο ΕΑΥΤΟΣ τους.

## **Δομή Online Live Σεμιναρίου:**

### **Κατά την διάρκεια του Online Training θα μπορείτε να:**

- Συμμετέχετε
- Κάνετε ερωτήσεις
- Αλληλεπιδράτε
- Κάνετε ασκήσεις
- Άλλες δραστηριότητες όπως στην κανονική εκπαίδευση

Επωφεληθείτε από όλα τα πλεονεκτήματα της κατά πρόσωπο εκπαίδευσης χωρίς να ξοδεύετε χρόνο και κόστος διακίνησης.

- Εξοικονομήστε λεφτά
- Εξοικονομήστε χρόνο

Όλη η ύλη αλλά κυρίως οι μελέτες περίπτωσης και οι ασκήσεις βασίζονται σε εφαρμοσμένες στην πράξη μεθόδους, εργαλεία και τεχνικές που έχει εφαρμόσει η Εκπαιδευτρια η οποία είναι η πρώτη και μοναδική **NAMA (National Anger Management Association) Certified: Anger Management Specialist and CCIS Crisis Intervention Specialist σε Κύπρο και Ελλάδα στους τομείς αυτούς.**

Η μέθοδος διδασκαλίας θα είναι ένα μείγμα διάλεξης, συζήτησης και πρακτικής εξάσκησης, ώστε να βοηθήσει τους συμμετέχοντες να κατανοήσουν καλύτερα την θεματολογία του προγράμματος.

### **Εξοπλισμός:**

- Δεν χρειάζονται ειδικές γνώσεις
- Μόνο πρόσβαση σε γρήγορο ίντερνετ από:
  - PC or Laptop
  - Desktops (camera, microphone and speakers)
  - Android Tablet
  - iPads

### **Περιγραφή υποψηφίων για συμμετοχή:**

Σε όσους θέλουν να μάθουν και να εξασκήσουν πρακτικούς τρόπους για να αυξήσουν την αυτοπεποίθηση τους.

**ΗΜ/ΝΙΑ:** 30 (Παρασκευή) Οκτωβρίου 2020

**ΔΙΑΡΚΕΙΑ:** 3 ώρες (10:00 – 13:00)

**ΓΛΩΣΣΑ:** Ελληνική

**ΑΞΙΑ:** €90 + ΦΠΑ

*Το πιο πάνω ποσό είναι προπληρωτέο πριν την έναρξη του σεμιναρίου*

*Εγγραφείτε Τώρα !!!! Για εγγραφές 2 ατόμων και πάνω από την ίδια εταιρεία προσφέρεται 15% έκπτωση.*

### **Το πιο πάνω ποσό περιλαμβάνει:**

- Συμμετοχή στο σεμινάριο
- Το υλικό του σεμιναρίου σε ηλεκτρονική μορφή
- Το πιστοποιητικό παρακολούθησης

*Το Σεμινάριο μπορεί να διοργανωθεί και σε Ενδοεπιχειρησιακό Επίπεδο προσαρμοσμένο στις ανάγκες της εκάστοτε Εταιρείας*

## **Γνώμες Πελατών:**

Πολύ καλό σεμινάριο. Η ομάδα ήταν διασκεδαστική και ομιλητική, και ήταν μια απολαυστική εκπαίδευση. Η εκπαιδευτρια ήξερε πώς να χειριστεί τον καθένα από εμάς ξεχωριστά περνώντας πάντοτε το μήνυμά της. Υπήρξε συζήτηση, ανταλλαγή γνώμων και πρόοδος. Η Βασιλική ήταν Εξαιρετική! Πολύ ευχάριστο πρόσωπο. Η γνώση της σε θέματα αυτοπεποίθησης ήταν πολύ ενδιαφέρουσα.

**Ιωάννης Κουτσοφτίδης**

Πολύ ενδιαφέρον σεμινάριο! Η Βασιλική ήταν πολύ μεταδοτική, θετική και ενθάρρυνε την ανταλλαγή απόψεων.

**Γεωργία Αδάμαντου, Eureka Ltd**

Πολύ αποτελεσματικό και κατατοπιστικό σεμινάριο. Η εκπαιδευτρια ήταν μεταδοτικότερη, ξεκάθαρη με πολλά πρακτικά παραδείγματα και έδινε την ευκαιρία για διάλογο κάνοντας ευχάριστο το σεμινάριο!

**Μυροφόρα Πιττάκη, Αβραάμ Πιττάκης & ΥΙΟΙ ΛΤΔ**

Απόλυτα επιμορφωτικό σεμινάριο το οποίο μας δίδαξε άμεσους και πρακτικούς τρόπους για να μπορέσουμε να αποκτήσουμε αυτοπεποίθηση!

**Βασούλα Νικολάου, Χάρης Κυριακίδης ΔΕΠΕ**

Πραγματικά είχαμε τη χαρά να παρακολουθήσουμε ένα εξαιρετικό σεμινάριο με μια καταπληκτική εκπαιδευτρια που την χαρακτήριζαν ο επαγγελματισμός και η μεταδοτικότητά της.

**Μαίρη Ηλία, Cyta**

## ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ Α: ΒΙΟΓΡΑΦΙΚΑ ΣΗΜΕΙΩΜΑΤΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΩΝ

### **ΒΑΣΙΛΙΚΗ ΧΡΙΣΤΟΦΗ, ΒΑ**

Η Βασιλική Χριστοφή, είναι κάτοχος πτυχίου ΒΑ στην Εφαρμοσμένη Επικοινωνία (Επικοινωνιολόγος) από το London Metropolitan University, U.K. με ειδίκευση στις Δημόσιες Σχέσεις και στην Επικοινωνία των δύο φύλων.

Παράλληλα είναι κάτοχος του Διπλώματος “Business Management Programme” του Institute of Leadership and Management Αγγλίας, Εγκεκριμένη Εκπαιδευτρια του Ινστιτούτου Ηγεσίας και Διοίκησης Αγγλίας και Πιστοποιημένη Εκπαιδευτρια της Αρχής Ανάπτυξης Ανθρώπινου Δυναμικού.

Είναι [NAMA \(National Anger Management Association\) Certified: Anger Management Specialist and CCIS Crisis Intervention Specialist](#)

Είναι η πρώτη και μοναδική πιστοποιημένη ειδικός (Specialist) στην Κύπρο και Ελλάδα στους τομείς αυτούς. Πρόσθετα έχει κάνει ειδική εκπαίδευση στην Διαχείριση Θυμού & Μη Λεκτική Επικοινωνία : Face Micro Expressions and Subtle του Logan Group USA και Paul Ekman, USA αντίστοιχα.

Τα τελευταία 8 χρόνια εργάζεται στην Conicon ως Εκπαιδευτρια , Προσωπική Σύμβουλος / Καθοδηγήτρια και Υπεύθυνη Κατάρτισης και διδάσκει ανελλιπώς ποικίλες θεματικές ενότητες με έμφαση σε θέματα Επικοινωνίας και Προσωπικής Ανάπτυξης, Γλώσσα του σώματος, Διαχείρισης Συγκρούσεων , Διαχείριση Θυμού με πελάτες , Ενίσχυση της Επαγγελματικής εικόνας (Image Building) ,Δημόσιες Σχέσεις, Διοργάνωση Εκδηλώσεων σε αριθμό επαγγελματιών από όλους τους τομείς, όπως εργαζομένους, στελέχη, ασφαλιστές, υπεύθυνους Εξυπηρέτησης Πελατών και άτομα τα οποία ενδιαφέρονται να αναπτύξουν τις διαπροσωπικές τους ικανότητες.

**Βίντεο με αποσπάσματα από σεμινάρια της Βασιλικής Χριστοφή θα βρείτε [εδώ](#)**

Η Βασιλική είναι προσκεκλημένη Ομιλήτρια σε Συνέδρια ,Τηλεοπτικές και Ραδιοφωνικές Εκπομπές όπου καλείται να αναλύσει το προφίλ ατόμων την Επικαιρότητας μέσα από την Γλώσσα του Σώματος, Διαχείριση συγκρούσεων, θυμού ,Επικοινωνίας, επικοινωνίας των δυο φύλλων και να δώσει συμβουλές σχετικά με τους τρόπους ανάπτυξης των πλέον σημαντικών διαπροσωπικών ικανοτήτων στις οποίες έχει εξειδίκευση.

**Αποσπάσματα από τηλεοπτικές και ραδιοφωνικές εκπομπές με προσκεκλημένη την Βασιλική Χριστοφή θα βρείτε [εδώ](#)**

Επιπρόσθετα είναι αρθρογράφος σε θέματα του τομέα εξειδίκευσης της.

**Άρθρα της Βασιλικής Χριστοφής θα βρείτε [εδώ](#)**

**Blog posts της Βασιλικής Χριστοφής θα βρείτε [εδώ](#)**

Καταληκτικά η Βασιλική έχει την ικανότητα να αναγνωρίσει και να πείσει άτομα να υιοθετήσουν στάσεις και συμπεριφορές που βοηθούν στην Ανάπτυξη της Διαπροσωπική τους Ικανότητα και ως αποτέλεσμα αυτού είναι εν ενεργεία Προσωπική Σύμβουλος / Προπονήτρια σε άτομα σε διάφορες Εταιρείες στα θέματα της ειδικότητάς της.

**Μελέτες περίπτωσης Έργων Προσωπικής Καθοδήγησης θα βρείτε [εδώ](#)**

Η Βασιλική θεωρείται από τις πλέον μεταδοτικότερες και αποτελεσματικότερες εκπαιδευτριες κάτι το οποίο μπορεί να διαπιστωθεί μέσα από τις Γνώμες των Πελατών από προηγούμενα προγράμματα κατάρτισης και περιπτώσεις προσωπικής καθοδήγησης (coaching).

**Τι είπαν Πελάτες για την Βασιλική Χριστοφή θα βρείτε [εδώ](#)**

# ConiCon

## GET IN TOUCH

### CONICON LTD

Address: P.O. Box 53300, 3301 Limassol, Cyprus

email: [info@conicontraining.com](mailto:info@conicontraining.com)  
[conicon@logos.cy.net](mailto:conicon@logos.cy.net)

Phone: (+357) 25 74 93 70

Fax: (+357) 25 74 93 71



**Our Website**



**Tools**