

**ȘCOALA PENTRU PERFORMANȚĂ, INTEGRITATE ȘI ECHILIBRU – ADULȚI****Cursuri 2016 – 2017****Produs românesc princeps****Beneficii garantate**

1. Autodescoperire de profunzime și încredere realistă în sine
2. Creșterea performanțelor proprii – și, dacă ești leader, ale echipei tale
3. Întărirea caracterului și creșterea echilibrului interior
4. Creșterea calității relațiilor
5. Întărirea sănătății
6. Creșterea calității generale a vieții
7. Primești câteva zeci de instrumente originale pentru autocunoaștere și dezvoltare de profunzime.
8. Primești știință autentică aplicată la viața ta personală și profesională și conștientizezi "sabotorii" pe care îi lași să intre în viața ta, fără să-ți dai seama, sub forma *fast-food*-ului intelectual, a clișeelelor și iluziilor facile vehiculate în jurul nostru, inclusiv în multe programe de dezvoltare personală, consiliere sau coaching
9. Te antrenezi practic, astfel încât să-ți valorifici mai bine resursele personale și relaționale
10. Poți achiziționa o franciză Daci-As Vip

**Teme și calendar**

Toate întâlnirile de curs vor conține, pe lângă *teme specifice*, și două *teme comune*, indispensabile în orice proces de autodescoperire și dezvoltare personală și profesională:

1. capacitatea de relaxare și concentrare aici și acum (*mindfulness*) ;
2. deprinderile de învățare pentru performanțe competitive în sec. XXI (modelul Daci-As Vip).

	<b>Modulul I</b> Septembrie – Decembrie 2016	<b>Calendar</b>
<b>1.</b>	<p><b>1. Cele mai importante 5 întrebări</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Care e scopul meu aici și acum?</li> <li>b. Cum contribuie acest scop la urmărirea priorităților mele?</li> <li>c. Care e "fișa postului" meu aici și acum?</li> <li>d. Ce aștept eu de la <i>fiecare</i> dintre ceilalți aici și acum?</li> <li>e. Ce pot eu controla efectiv aici și acum?</li> </ol> <p><b>2. Mindfulness:</b> ce înseamnă și la ce ajută?</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>a. cum să observi obiectele percepute și obiectele presupuse (= pre-supuse judecății tale)</li> </ol> <p><b>3. Modelul Daci-As Vip. Principii generale:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Grădinarul, sacul cu semințe și talentul</li> <li>b. Procesele de socializare, Sinele plural și leadershipul interior</li> <li>c. <b>Learner versus Școlar. Locus of control</b></li> <li>d. Fii leaderul dezvoltării tale (proceselor tale de învățare)</li> <li>e. Grădina și groapa de gunoi: resurse <i>versus</i> calități și defecte</li> <li>f. Neuroplasticitate și învățare transformațională: <b>Growth mindset versus Fixed mindset</b></li> <li>g. Dezvoltarea ca puzzle-caleidoscop: continuitate și rupturi biografice</li> <li>h. Cele 4 niveluri ale învățării: învățare de simț comun, învățare pentru competență, învățare pentru performanță, învățare continuă pe întreg parcursul vieții. Introducere</li> </ol>	17 sept. 2016

2.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. <i>Mindfulness</i>: cum să observi obiectele percepute și obiectele presupuse</li> <li>2. Capitalizarea experiențelor dintre întâlniri</li> <li>3. <b>Performanță și succes</b></li> <li>4. <b>Capitalul uman</b></li> <li>5. <b>Învățarea pentru performanță</b>: modelul Daci-As Vip. <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Gestiunea defensivei și rezistenței la învățare</li> </ol> </li> <li>6. <b>Performanță + echilibru și nevoi umane fundamentale (NUF)</b>. Introducere</li> </ol>	1 oct. 2016
3.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. <i>Mindfulness</i>: cum să-ți observi gândurile și să nu le lași să te controleze</li> <li>2. Capitalizarea experiențelor dintre întâlniri</li> <li>3. <b>Prima axă a NUF</b>: "Tinerețe fără bătrânețe" / "Viața fără de moarte"</li> <li>4. <b>A doua axă a NUF</b>: Obişnuințe, zona de confort, economie de energie / Curiozitate, variație, lărgire a limitelor</li> <li>5. <b>Primul nivel al învățării</b>: modelul Daci-As Vip <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Gestiunea defensivei și rezistenței la învățare</li> </ol> </li> </ol>	15 oct. 2016
4.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. <i>Mindfulness</i> : cum să-ți observi gândurile și să nu le lași să te controleze</li> <li>2. Capitalizarea experiențelor dintre întâlniri</li> <li>3. <b>Capitalul simbolic</b></li> <li>4. <b>A treia axă a NUF</b>: Adevăr, certitudini, securitate / Mister, surpriză aventură, adrenalină (risc)</li> <li>5. <b>Învățarea pentru competență</b>: modelul Daci-As Vip. <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Gestiunea defensivei și rezistenței la învățare</li> </ol> </li> <li>6. <b>A patra axă a NUF</b>: Corectitudine, dreptate, integritate / Relativizare, empatie, flexibilitate</li> <li>7. <b>Integritate și inteligența caracterială</b></li> </ol>	29 oct. 2016
5.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. <i>Mindfulness</i> : cum să-ți observi corpul</li> <li>2. Capitalizarea experiențelor dintre întâlniri</li> <li>3. <b>Capitalul social (1)</b> : grupuri de apartenență și grupuri de referință <ol style="list-style-type: none"> <li>a. <b>A cincea axă a NUF</b>: Identitate socială, apartenență, acceptare / Identitate individuală, recunoaștere, admirație</li> <li>b. <b>A șasea axă a NUF</b>: Ego confirmat, individualism, egoism / Ego provocat, contribuție, altruism</li> <li>c. <b>Gestiunea Ego-ului</b></li> </ol> </li> </ol>	12 nov. 2016
6.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. <i>Mindfulness</i> : cum să-ți observi corpul</li> <li>2. Capitalizarea experiențelor dintre întâlniri</li> <li>3. <b>Relații și comunicare</b> - Capitalul social (2) <ol style="list-style-type: none"> <li>a. <b>A șaptea axă a NUF</b>: Intimitate, granițe / Legături, deschidere, interacțiune, comunicare</li> <li>b. <b>Empatia</b></li> <li>c. <b>Ascultarea</b> activă și empatică</li> <li>d. <b>Interpretarea și comunicarea constructive</b></li> </ol> </li> </ol>	26 nov. 2016
7.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. <i>Mindfulness</i>: cum să-ți observi gândurile, corpul și trăirile</li> <li>2. Capitalizare a experiențelor dintre întâlniri</li> <li>3. <b>Monitorizare a evoluțiilor pe parcursul Modulului 1</b></li> </ol>	10 dec. 2016

	<b>Modulul II</b> Martie – Iunie 2017	<b>Calendar</b>
<b>1.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. <i>Mindfulness</i>: cum să observi obiectele percepute și presupuse</li> <li>2. <i>Mindfulness</i>: cum să-ți observi gândurile și corpul</li> <li>3. <b>Cele mai importante 5 întrebări</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Care e scopul meu aici și acum?</li> <li>i. Cum contribuie acest scop la urmărirea priorităților mele ?</li> <li>b. Care e "fișa postului" meu aici și acum ?</li> <li>c. Ce aștept eu de la <i>fiecare</i> dintre ceilalți aici și acum ?</li> <li>d. Ce pot eu controla aici și acum?</li> </ol> </li> <li>4. <b>Capitalizarea experiențelor</b> dintre cele două module (fără "capital social")</li> <li>5. <b>Monitorizarea evoluțiilor</b> dintre cele două module: performanță, integritate și echilibru</li> </ol>	11 martie 2017
<b>2.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. <i>Mindfulness</i> : cum să-ți observi corpul și gândurile</li> <li>2. Capitalizarea experiențelor dintre cele două module: capitalul social</li> <li>3. <b>Reguli și libertate</b> - Capitalul social (3) <ol style="list-style-type: none"> <li>a. <b>A opta axă a NUF</b>: Repere, structuri, ghidaj / Autonomie, libertate, putere</li> </ol> </li> </ol>	25 martie 2017
<b>3.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. <i>Mindfulness</i> : cum să-ți observi trăirile</li> <li>2. Capitalizare a experiențelor dintre întâlniri</li> <li>3. <b>A noua axă a NUF</b>: emoții pozitive / emoții negative</li> <li>4. <b>Emoțiile și inteligența emoțională</b></li> <li>5. Zona de confort și emoțiile. Copilul, Adolescentul, Școlarul și emoțiile</li> <li>6. Ego-ul și emoțiile</li> <li>7. <b>Masochismul psihic</b> : resursă și sabotor</li> <li>8. <b>Echilibrul emoțional</b> : cum să-ți gestionezi Ego-ul, plăcerea, fricile și sentimentele de vinovăție</li> <li>9. <b>Optimismul învățat și gândirea pozitivă fără iluzii</b></li> </ol>	8 aprilie 2017
<b>4.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. <i>Mindfulness</i> : cum să-ți observi trăirile</li> <li>2. Capitalizare a experiențelor dintre întâlniri</li> <li>3. <b>A zecea axă a NUF</b>: Odihnă, relaxare, defocalizare / Acțiune, focalizare <i>self-efficacy</i></li> <li>4. <b>Gestiunea timpului</b>: prioritizare și agendă</li> </ol>	22 aprilie 2017
<b>5.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. <i>Mindfulness</i> : cum să-ți observi gândurile, corpul și trăirile</li> <li>2. Capitalizare a experiențelor dintre întâlniri</li> <li>3. <b>Cum să întreții motivația și voința</b> pentru performanță înaltă, integritate și echilibru</li> </ol>	6 mai 2017
<b>6.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. <i>Mindfulness</i> : cum să-ți observi gândurile, corpul și trăirile</li> <li>2. <b>Cariera</b>: drum linear, cu sens unic, ori autostradă în construcție continuă?</li> <li>3. <b>Cum să descoperi ce carieră ți se potrivește</b></li> </ol>	20 mai 2017
<b>7.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. <i>Mindfulness</i>: cum să observi obiectele percepute și presupuse</li> <li>4. <i>Mindfulness</i> : cum să-ți observi gândurile, corpul și trăirile</li> <li>2. Capitalizarea experiențelor dintre întâlniri</li> <li>3. <b>Monitorizarea evoluțiilor pe parcursul Modulului II</b></li> </ol>	3 iunie 2017

Notă: Pe parcurs, tematica poate suferi unele reșezări, în funcție de nevoile și ritmurile cursanților.

<b>III. Follow up</b>	<b>Monitorizare asistată a evoluțiilor pe termen mediu</b> <i>Bonus, pentru cel puțin un modul achiziționat integral</i>	2 sept. 2017
<b>IV. Franciză Daci-As Vip</b>	După ce urmezi ambele module, te poți înscrie în programul pentru achiziționarea unei francize Daci-As Vip	

### Prețuri și burse

	Preț întreg (euro)	Preț discount (euro)			Burse categ. a II-a	Burse categ. I
		-30% Termen limită contract+avans 31.12.2015	-25% Termen limită contract+avans 31.04.2016	-15% Termen limită contract+avans 31.07.2016		
<b>Modulul 1</b>	1393	975	1044	1185	1599	799
<b>Modulul 2</b>	1393	975	1044	1185		
<b>O zi</b>	199	-			-	-
<b>Follow-up</b>	Bonus					

**\* Note:**

*Scump e doar produsul care nu-și merită banii. Aici, prețul reflectă calitatea: faci o investiție care îți aduce beneficii multiple pe termen lung. Ai adunat cât ai cheltuit în ultimul an pe haine, gadget-uri, ieșiri de weekend, poate chiar programe de dezvoltare aparent ieftine, fără să-ți dai seama că nu-ți aduc beneficii de durată?*

- *Ne întâlnim din două în două săptămâni, sâmbăta, și lucrăm foarte intens în intervalul 10:00 – 17:00 ; între întâlniri, tu testezi în viața ta și adaptezi recomandările primite, iar în întâlnirile următoare capitalizăm împreună experiențele (bunele practici).*
- *Poți contracta o zi, un modul sau ambele module, în funcție de interesele tale. Eu îți recomand să contractezi întreg programul, pentru că e gândit unitar, iar la fiecare întâlnire utilizăm achizițiile din întâlnirile precedente.*
- *Poți achita și în rate, potrivit unui calendar al plăților pe care îl convenim împreună.*

Pentru prețurile comunicate mai sus, primești:

- Dreptul de a participa la sesiunile de lucru
- Materialele de lucru
- Acces la grupul de lucru Facebook, unde vei putea beneficia de resursele postate de alți participanți la program și, de asemenea, vei putea contribui la dezvoltarea lor cu link-uri utile, experiențe împărtășite, întrebări și răspunsuri la întrebări
- Apă, ceai, cafea și fructe în pauze
- Masa de prânz (*business lunch*)
- Certificat de participare personalizat, cu precizarea câștigurilor tale din program, definite în urma celor 3 monitorizări pe care le vei realiza.

**ÎNSCRIE-TE ACUM !**

La cursurile precedente, am avut participanți care au venit la București din Suceava, Iași, Oradea, Brașov, Ploiești, Târgoviște...

E-mail: [dezvoltare@elisabetastanciulescu.ro](mailto:dezvoltare@elisabetastanciulescu.ro)

Scrive-mi un mesaj care să conțină :

- ce anume te determină să vii la curs (situația și trăirile tale actuale) ;
- ce anume îți dorești să obții pe parcursul și în urma cursului (scopurile tale) ;
- datele pentru contract și factură :
  - numele și prenumele, așa cum sunt scrise în CI;
  - CI seria... numărul... CNP..., eliberat de... la data...
  - adresa : localitatea... strada... nr. .... bl... apt...
  - CIF / CUI și adresa firmei, dacă plătești prin firmă sau PFA.
  - Dacă vrei să contractezi pentru o altă persoană, adaugă și datele personale ale persoanei respective - care, evident, trebuie să își dorească acest program.

**Pentru discount și burse**, înscrierea trebuie făcută până la datele indicate în tabelul "Prețuri și burse".

**Pentru a solicita și primi o bursă trebuie să îndeplinești următoarele condiții:**

1. să fii de bună credință în evaluarea propriilor resurse financiare, după ce ai luat în calcul toate economiile pe care le poate face și posibilitatea plății în rate;
2. să faci din devenirea personală una dintre primele tale trei priorități pentru următoarele 12 luni;
3. să depășești toate momentele de rezistență la învățare-schimbare pe parcursul procesului ;
4. să contribui la promovarea, pregătirea și desfășurarea programului, la solicitarea Prestatorului și din proprie inițiativă;
5. *(pentru prima categorie de burse)* să faci din învățarea, aplicarea și dezvoltarea modelului DACI – AS VIP, potrivit principiilor și standardelor de calitate stabilite de creatoarea lui, una dintre primele tale trei priorități pentru următorii 5 ani;
6. să urmezi ambele module și să participi la toate întâlnirile de curs; eventualele absențe din motive imposibil de evitat vor fi discutate cu **Prestatorul** înaintea întâlnirii respective.

**Fii hotărât/ă, pentru că atunci  
SIGUR VEI OBTINE REZULTATE FOARTE BUNE.**