

*A képzési rész pályázati forrásból is finanszírozható!*

Online meeting, hol a fülesem? Gyorsan főzök egy kávét, vajon muszáj kamerát kapcsolni? Semmi kedvem picit ablakokban nézni unatkozó fejeket. Miért is kell ez a megbeszélés, miért nem írják meg inkább e-mailben? Egyáltalán megkérdezik majd a véleményem? Már most unom a megbeszélést, pedig még el sem kezdődött. Hogyan fogok túlélni ennyi időt a képernyő mögött?

Ha a fenti gondolatok ismerősen csengenek, érdemes elgondolkodni azon, hogy milyen egyszerű eszközökkel lehet feldobni a hangulatot online megbeszélések előtt, alatt és után. Az elmúlt 2 év nagyon sok lehetőséget adott arra, hogy különböző célcsoportokban teszteljünk vicces, felemelő, megmozgató vagy éppen elmélyülést támogató gyakorlatokat. A program célja, hogy a résztvevők eszközöket tanuljanak az online zajló egyeztetések, megbeszélések érdekessé és ezzel egyben hatékonyá tételéhez.

Miért éppen trambulin? Ha csak kicsit ugrunk a trambulinon, abból is lehet folyamatos, kiegyensúlyozott mozgás. Ha pedig nagyot dobbantunk, akkor nagyon magasra is fel lehet szökkenni. A hangulatemelő gyakorlatok pont ilyenek: van, ami egy kicsit dob a hangulaton, és akad olyan is, ami egy jó értelemben vett érzelmi ugrást hoz. Várunk mindenkit szeretettel, kíváncsisággal, nevetéssel, felszabadult hangulattal!

## MIT TARTALMAZ A PROGRAM?

A programot annak időtartamától függően olyan programok használatába vezeti be a résztvevőket mint a Zoom, Mentimeter, Padlet, Miro, Canva, Jamboard stb. Ezeknek a programoknak kivétel nélkül van ingyenes verziója, így különösebb anyagi ráfordítás nélkül lehet őket használni az online egyeztetéseken.

## KIKNEK AJÁNLJUK?

A programot elsősorban olyan vezetőknek ajánljuk, akik gyakran tartanak online egyeztetéseket és néha azért tapasztalják, hogy lehet ezt jobban csinálni. Azoknak a vezetőknek is hasznos a program, akik sok home officeban dolgozó kollégát vezetnek.



www.dft.hu  
kapcsolat@dft.hu  
06 20-317-1711



TRÉNING