



## **Zakres tematyczny szkolenia Inteligencja społeczna w pracy i życiu. Skuteczne narzędzie do zarządzania sobą**

	Strona
1. Kulturowe rytuały relacyjne: świadomość, weryfikacja, zmiana	4
2. Metoda tworzenia i popularyzowania społecznych schematów relacyjnych	47
3. Technika wzmacniająca wolną wolę, asertywność, autonomię w relacjach społecznych	74
4. Zarządzanie kapitałem społecznym w praktyce	89
5. Technika modelowania własnego umysłu w zakresie: zarządzanie sobą, wzmocnienie władzy osobistej w relacjach społecznych	112
5.1. Wzmacnianie cech przywódczych	124
6. Kobięca strategia sukcesu społecznego	136
6.1. Metoda wzmacniająca odwagę i asertywność kobiet w relacjach społecznych	162
7. Replikowanie skutecznych schematów społecznego sukcesu mężczyzny	170
7.1. Narzędzie do antycypowania sukcesu społecznego	182
8. Narzędzie do skutecznego zarządzania sobą w relacjach społecznych	190
8.1. Narzędzie do zarządzania pamięcią autobiograficzną	215
9. Narzędzie do skutecznego zarządzania sobą w relacjach zawodowych	225
9.1. TEST Strategie stosowane w konfliktach	225
10. Technika oceny sygnałów emocjonalnych w interakcjach społecznych, negatywnie rokujących dla realizacji celu	243
11. Rozstanie – skuteczna strategia wychodzenia z destrukcyjnych konfliktów	267
12. Technika rozstrzygania konfliktów w aktywności zawodowej warunkowana pozycją w strukturze	273
13. Metoda rozwiązywania konfliktów w życiu prywatnym	284
11. Bibliografia	293