

CĂI EFICIENTE ÎN ATINGEREA SUCCESULUI PERSONAL ȘI PROFESIONAL PRIN AUTOCUNOAȘTERE

Ecaterina MOGA

Director al Liceului Teoretic ELIMUL NOU, Chișinău

Acesta este un training de formare, binevenit pentru orice cadru didactic și managerial, îndeosebi pentru tinerii specialiști, care vor fi motivați să-și dezvolte competențe și trăsături de personalitate ce le vor permite să obțină performanțe veritabile atât în domeniul personal, cât și în cel public. Programul de formare validează adevăruri durabile și constituie un demers eficient în echiparea cu principii care asigură, inclusiv, formarea competenței de interrelaționare – premisă în atingerea succesului profesional. Participanții vor asimila o doză importantă de înțelepciune, înțelegere umană și experiență practică. Ei vor deprinde tehnici specifice de autocunoaștere și autoapreciere adecvată, precum și deprinderi de trăsare a expectanțelor realiste în vederea asigurării eficienței personale, interpersonale și a succesului profesional. Trainingul cuprinde 15 ședințe de formare a câte 120 de minute fiecare, în care sunt vizate deprinderi ce conduc la formarea și dezvoltarea semnificației unice.

Cuvinte-cheie: *autoapreciere, expectanțe, autocunoaștere, dependență, independență, interdependență, succes personal, succes profesional, eficiență.*

EFFICIENT WAYS IN ACHIEVING PERSONAL AND PROFESSIONAL SUCCESS THROUGH SELF-KNOWLEDGE

This is a developing training. Welcome to any teacher and manager, especially for young professionals who will be motivated to develop their skills and personality traits that will allow them to gain real performance both in private and public sectors. The training program validates durable truths and is an effective approach that includes training principles that ensure the cooperation and interrelation competence – a prerequisite in achieving professional success. Participants will absorb a significant dose of wisdom, human understanding and practical experience. They will learn some specific techniques for self-knowledge, appropriate self-esteem and realistic expectations in order to ensure efficient personal, interpersonal and professional success. The training includes 15 training sessions, 120 minutes each, in which are concerned skills that lead to the formation and development of unique significance.

Keywords: *self-esteem, expectations, self-awareness, dependency, independence, interdependence, personal success, professional success, efficiency.*

Prezentat la 23.07.2014

Publicat: septembrie 2014