



# Soft Skill Tréningportfólió

---

Orbán-Csog Tímea

# RÓLAM

***Mesterdiplomás HR tanácsadó és kommunikációs szakember***

- **Többéves tapasztalat egyéni és csoportos kompetenciafejlesztésben**
- **Emberközpontú fókusz**
- **Értő figyelem, pszichológiai biztonság**
- **Gyakorlati tudásátadás, modern módszertan**



# MUNKAVÁLLALÓI MODULOK

- **Asszertív kommunikáció**
- **Burnout-prevenció**
- **Érzelmi intelligencia**
- **Konfliktuskezelés**
- **Csapatkohézió építés**

# VEZETŐI MODULOK

- **Vezetői asszertivitás**
- **Visszajelzés és motiváció**
- **Tárgyalástechnika**
- **Időmenedzsment**
- **Érzelmi intelligencia vezetőknek**
- **Konfliktuskezelés vezetői szerepben**
- **Női vezetői tréning**

# MÓDSZERTAN

**Élményalapú tanulás, gyakorlatorientált fejlesztés**

- **Rövid, célirányos elméleti alapok**
- **Interaktív gyakorlatok és csoportos reflexió**
- **Akciótervezés és tudásátadás**
- **Fejlesztői szemlélet, biztonságos tanulási környezet**

# CÉLCSOPORT

## **Kinek ajánlott?**

- **Munkavállalók és szakértők, akik szeretnék fejleszteni kommunikációs és együttműködési készségeiket**
- **Vezetők és vezetői potenciállal rendelkező munkatársak, akik hatékonyabb vezetői működésre törekednek**

# MIÉRT ENGEM?

**Szakmai hitelesség és emberközpontú szemlélet**

- **HR-tanácsadói és tréneri tapasztalat**
- **Egyedi, testreszabott fejlesztési megoldások**
- **Valódi, mérhető változás a szervezeti működésben**
- **Bizalmi, fejlesztői légkör minden tréningen**

# FORMÁTUMOK

## **Elérhető tréningformák**

- **Egynapos tréning**
- **Kétnapos fejlesztő verzió**
- **Moduláris tréning-sorozat**
- **Workshop vagy coaching formátum**

# KAPCSOLAT

**Orbán-Csog Tímea**

**HR Tanácsadó, Kommunikációs szakember**

 **+36 20 446 7403**

 **consultant-hr.com**

 **orbancsogtimea@consultant-hr.com**