

## חיזוק פנימי למיקסום עסקי

**מטרת הקורס:** קבלת כלים אימוניים ומעשיים לזיהוי החוזקות האיטיות של בעל העסק ומתוך כך חיזוק תחושת הביטחון העצמי, שיוביל לקידום המטרות העסקיות שלכם! בקורס תלמדו -

← כיצד לקדם את המטרות בעסק בעזרת חידוד המטרות העסקיות והגדרת תוכנית עבודה אפקטיבית

← רכישת ביטחון באמצעות הבנת החוזקות והמצפן האישי שלך

← מה מונע ממך לקבל החלטות דרך הבנת החסמים האישיים ורכישת אמונות חדשות

← כיצד להיות יותר פרודוקטיביים באמצעות ניהול זמן ואנרגיה בכונים

← כיצד להציג את עצמכם ולמכור את העסק שלכם בצורה טובה יותר

**קהל יעד:** הקורס מיועד ליזמים ובעלי עסקים המעוניינים לחזק את הביטחון האישי למען קבלת תוצאות עסקיות טובות יותר.

**5 שעות אקדמיות למפגש, 30 ש"א לקורס, 480 ₪**

| פירוט  | נושא                      | מפגש          |
|--|---------------------------|---------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>אתגרים של בעלי עסקים קטנים</li> <li>איך משפיע ההיבט האישי על העסק שלכם?</li> <li>חוזקות וחולשות של בעל העסק</li> <li>איך משפיע ההיבט האישי על קבלת החלטות והביצועים בעסק?</li> <li>הסיבות שמונעות מאיתנו לקחת החלטה</li> <li>תרגול - חוזקות וחולשות</li> </ul>  | השפעת ההיבט האישי בעסק    | 1<br>10/11/24 |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>זיהוי הכוחות הפנימיים ובניית עוגנים לחיזוק הביטחון העצמי</li> <li>לבנות מערכת יחסים טובה עם עצמנו</li> <li>לקיחת אחריות - מי את/ה רוצה להיות?</li> <li>איתור הכוחות והערכים</li> <li>בניית חזון עסקי</li> <li>כלים אימוניים: הצהרות חיוביות ודימיון מודרך</li> <li>לבניית מציאות חדשה</li> <li>לבנות מודעות עצמית רגשית גבוהה</li> <li>תרגול - כתיבת חזון עסקי ואישי</li> </ul> | חוזקות וחיזוק ביטחון עצמי | 2<br>17/11/24 |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>מהם החסמים הנפוצים בעסק?</li> <li>תרגול - זיהוי החסמים שלך ומה מונע ממך להתקדם</li> <li>החלפת אמונה וגיוס אמונה חדשה מקדמת</li> <li>כלים אימוניים: תרגיל ההוקרה, מחברת עידוד</li> </ul>   | חסמים רגשיים נפוצים       | 3<br>24/11/24 |



|  |   |                              |
|--|---|------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• עבודה מעשית על חסמים נפוצים כמו: "אני לא מספיק טוב...אין לי משהו מיוחד..." סינדרום המתחזה ועוד ...</li> <li>• שיטות להתמודדות עם חסמים ומחשבות מעכבות</li> <li>• כלים פרקטיים לניהול מחשבות שליליות</li> </ul>  | <p>התמודדות עם חסמים, ספקות ומחשבות שליליות</p> | <p><b>4</b><br/>01/12/24</p> |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• בחירת מטרה - מודל SMART</li> <li>• הסיבות העיקריות לקושי בלקיחת החלטה/ בחירת מטרה</li> <li>• חיזוק התמדה ותחושת משמעות</li> <li>• המטרה VS התהליך</li> <li>• דחיינות - מה הסיבות העיקריות לדחיינות?</li> <li>• איך בונים תוכנית עבודה?</li> <li>• קבלת כלים לחיזוק מוטיבציה והתמדה</li> <li>• בניית תנאים ליצירת פוקוס והעשייה לטווח הארוך</li> </ul> | <p>יצירת תוכנית פעולה למצוינות אישית</p>        | <p><b>5</b><br/>08/12/24</p> |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• קבלת כלים פרקטיים שיעזרו לבעלי העסקים להרגיש בנוח מול לקוחות</li> <li>• סימולציות לתרגול ולמידה</li> <li>• סיכום הקורס ועיקרי דברים ליישום</li> </ul>   | <p>שיפור הצגה עצמית מול לקוחות</p>              | <p><b>6</b><br/>15/12/24</p> |