

CHƯƠNG TRÌNH

LÃNH ĐẠO BẢN THÂN

Be Your BestTM

Personal & Professional Effectiveness

**LÃNH ĐẠO BẢN THÂN XUẤT SẮC,
DẪN LỐI TỔ CHỨC THÀNH CÔNG**

**be
your
best**



Trong thế giới hiện đại, khả năng lãnh đạo bản thân là yếu tố then chốt giúp mỗi cá nhân khai phá tiềm năng và đạt đến sự hiệu quả cao nhất. Lãnh đạo không phải đến từ chức danh, mà xuất phát từ tư duy, hành động và khả năng tự quản lý của mỗi người. Khi bạn phát triển chính mình trở thành một nhà lãnh đạo bản thân hiệu quả, bạn không chỉ nâng cao hiệu suất cá nhân, nhanh chóng đạt được mục tiêu của mình mà còn đóng góp tích cực vào sự phát triển chung của tổ chức.

Khả năng lãnh đạo hiệu quả được xây dựng dựa trên một số yếu tố then chốt:

- **Tự nhận thức và quản lý bản thân:** Nền tảng của lãnh đạo hiệu quả là hiểu rõ giá trị và mục tiêu cá nhân, từ đó định hướng cho mọi hành động và quyết định.
- **Kỹ năng giao tiếp xuất sắc:** Lắng nghe chủ động và diễn đạt rõ ràng giúp xây dựng mối quan hệ chất lượng và tạo ảnh hưởng tích cực, từ đó thấu hiểu đồng nghiệp và khách hàng tốt hơn.
- **Khả năng giải quyết xung đột:** Sử dụng phương pháp giải quyết xung đột hiệu quả giúp tìm kiếm giải pháp đôi bên cùng có lợi, giảm thiểu căng thẳng và tập trung vào mục tiêu chung.
- **Tinh thần làm chủ:** Chủ động và có trách nhiệm trong công việc không chỉ giúp phát triển bản thân mà còn truyền cảm hứng cho người khác, khuyến khích sự phát triển đồng bộ trong đội ngũ.



Chương trình **Be Your Best – Lãnh đạo Bản thân** của **Gordon Training International** mang đến lộ trình phát triển bản thân và kỹ năng lãnh đạo toàn diện dành cho những cá nhân đang mong muốn phát triển sự nghiệp và các doanh nghiệp mong muốn nâng cao hiệu suất đội ngũ. Khóa học được phát triển bởi Linda Adams, Chủ tịch hiện tại của Gordon Training International, được thành lập bởi **Tiến sĩ Thomas Gordon** vào năm 1962. Ông Thomas Gordon được công nhận trên toàn thế giới về những đóng góp của mình trong các lĩnh vực lãnh đạo tổ chức, truyền thông, kỷ luật và giải quyết xung đột, với các cuốn sách của ông được xuất bản bằng 32 ngôn ngữ. Tiến sĩ Gordon đã được đề cử nhiều lần cho Giải Nobel Hòa bình.

Linda Adams đã phát triển khóa học Lãnh đạo bản thân sử dụng các mô hình do Tiến sĩ Thomas Gordon tiên phong nghiên cứu và ứng dụng trước đó. Chương trình đã được triển khai ở hơn 20 quốc gia trên thế giới. Tại Việt Nam, chương trình được thực hiện độc quyền bởi **FAROS Education & Consulting** - một đơn vị hoạt động chuyên nghiệp trong lĩnh vực tư vấn chuyên môn và hỗ trợ vận hành trường học cho các tổ chức, cá nhân làm giáo dục.



LỢI ÍCH SAU KHÓA HỌC LÃNH ĐẠO BẢN THÂN

Đối với cá nhân:

- Trở thành nhà lãnh đạo bản thân hiệu quả, không phụ thuộc vào chức danh hay vị trí.
- Nâng cao hiệu suất làm việc và sự hài lòng trong công việc và cuộc sống.
- Xây dựng mối quan hệ chất lượng, khi cả bạn và người khác đều được lắng nghe, chia sẻ và tôn trọng.



Đối với doanh nghiệp:

- Xây dựng đội ngũ nhân viên có tinh thần lãnh đạo và làm chủ, tăng cường hiệu quả và sáng tạo.
- Giảm thiểu xung đột và lãng phí năng lượng cho “drama cảm xúc”, nâng cao hiệu suất toàn diện.
- Hình thành văn hóa doanh nghiệp tích cực, thu hút và giữ chân nhân tài.

ĐỐI TƯỢNG THAM GIA

Khóa học phù hợp với bất kỳ ai muốn hỗ trợ người khác phát triển bản thân trở thành phiên bản tốt nhất của mình. Khóa học đặc biệt phù hợp cho người đi làm, người quản lý và lãnh đạo các tổ chức, doanh nghiệp có mong muốn phát triển chính mình và trợ giúp đội ngũ gia tăng năng lực tự lãnh đạo để đạt được hiệu quả cao trong công việc và đóng góp tích cực cho tổ chức.



NỘI DUNG VÀ THỜI LƯỢNG CHƯƠNG TRÌNH

Mỗi người tham gia khóa học sẽ nhận được một bộ tài liệu B.Y.B. bao gồm sách B.Y.B., sách bài tập B.Y.B, Chứng chỉ Tham gia và một bản sao Lời tuyên thệ của Tiến sĩ Gordon. Chương trình kéo dài tổng cộng **30 giờ** và được chia thành **8 buổi**.

Dưới đây là 8 kỹ năng chính được phát triển trong khóa học "Be Your Best", giúp bạn sống trọn vẹn và đạt được tiềm năng tối ưu của bản thân:

01

Tự nhận thức

Trở thành phiên bản tốt nhất của bản thân bắt đầu từ việc hiểu rõ nhu cầu, giá trị và mục tiêu của chính mình. Nắm bắt những khát vọng, ước mơ sẽ mang đến ý nghĩa, định hướng và mục đích cho cuộc sống của bạn. Nhận diện chúng là bước đầu tiên để biến chúng thành hiện thực.

02

Trách nhiệm cá nhân

Chìa khóa để trở thành phiên bản tốt nhất chính là tự chịu trách nhiệm cho nhu cầu và mong muốn của bản thân, đồng thời chủ động hành động để đáp ứng chúng.

03**Bộc lộ bản thân một cách chân thật**

Yếu tố quan trọng khác để trở thành phiên bản tốt nhất của chính mình là thể hiện cảm xúc, nhu cầu và ý tưởng của bạn, đồng thời làm điều đó một cách tôn trọng nhu cầu của người khác.

04**Lắng nghe đồng cảm**

Khả năng lắng nghe người khác và chính bản thân mình với sự thấu hiểu, chấp nhận và đồng cảm là cốt lõi để trở thành phiên bản tốt nhất của chính mình.

05**Giảm bớt nỗi sợ & lo lắng**

Khả năng lắng nghe người khác và chính bản thân mình với sự thấu hiểu, chấp nhận và đồng cảm là cốt lõi để trở thành phiên bản tốt nhất.

06**Giải quyết xung đột không ai thua cuộc**

Sẵn sàng và có khả năng giải quyết xung đột để cả hai bên đều được đáp ứng nhu cầu là điều cần thiết để trở thành phiên bản tốt nhất của chính mình. Quyền lực không được sử dụng để ép buộc; thay vào đó, các giải pháp phù hợp với tất cả mọi người sẽ được lựa chọn.

07**Chiến lược ứng phó với xung đột giá trị**

Xung đột là vấn đề thường xảy ra do sự khác biệt về giá trị giữa bạn và người khác. Biết cách xử lý những "va chạm" không thể tránh khỏi này là một phần quan trọng để trở thành phiên bản tốt nhất.

08**Lập kế hoạch và hành động mục tiêu**

Yếu tố cuối cùng để trở thành phiên bản tốt nhất là khám phá, lập kế hoạch và đặt ra những mục tiêu đáp ứng nhu cầu quan trọng của bạn, giúp bạn sống cuộc sống trọn vẹn nhất.

CẤU TRÚC NỘI DUNG

MỤC TIÊU CHÍNH	CẤP ĐỘ KỸ NĂNG	NỘI DUNG CHÍNH
Thấu hiểu bản thân	Nhận thức kỹ năng	Chủ đề 1: Khám phá nhu cầu và mong muốn của bản thân. - Học cách nhận diện và xác định rõ ràng nhu cầu và mong muốn của chính mình. - Khám phá tám kỹ năng quan trọng giúp bạn đạt được tiềm năng tối ưu của bản thân. - Học cách kiểm soát hành vi, suy nghĩ và cảm xúc của bản thân, đồng thời tự chịu trách nhiệm cho cuộc sống của mình. - Xác định và ưu tiên những nhu cầu quan trọng nhất của bản thân. - Phân tích các kiểu mối quan hệ khác nhau, đánh giá những rủi ro và lợi ích tiềm ẩn. - Học cách tự đánh giá bản thân một cách khách quan để phát triển bản thân. - Tìm hiểu về mô hình khẳng định bản thân để áp dụng vào cuộc sống. - Học cách sử dụng các loại thông điệp khẳng định hiệu quả để giao tiếp một cách rõ ràng và tôn trọng.
Hành động tự tin và có trách nhiệm	Phát triển kỹ năng	Chủ đề 2: Thể hiện bản thân. - Học cách bộc lộ bản thân một cách chân thật, hiệu quả và tôn trọng người khác. - Học cách kiểm soát cuộc sống của mình một cách chủ động. - Sử dụng những thông điệp tích cực để truyền tải ý tưởng của bạn một cách hiệu quả. Chủ đề 3: Phòng ngừa xung đột. - Học cách phòng ngừa xung đột bằng cách hiểu rõ nguyên nhân và cách giải quyết hiệu quả. - Nắm vững kỹ năng giao tiếp để tránh những phản ứng tiêu cực và xây dựng những mối quan hệ tốt đẹp.

MỤC TIÊU CHÍNH	CẤP ĐỘ KỸ NĂNG	NỘI DUNG CHÍNH
Kết nối hiệu quả với người khác	Phát triển kỹ năng	Chủ đề 4: Đương đầu hiệu quả. - Học cách đương đầu với xung đột một cách hiệu quả, tôn trọng và chuyên nghiệp. - Nhận diện những cách đương đầu không hiệu quả và học cách tránh chúng. - Sử dụng những thông điệp "Tôi" để truyền tải ý kiến của bạn một cách rõ ràng và tôn trọng. - Học cách chuyển đổi từ đương đầu sang lắng nghe trong những tình huống xung đột.
		Chủ đề 5: Xử lý lo lắng. - Học cách kiểm soát và giảm thiểu lo lắng khi giao tiếp và đối mặt với xung đột. - Xác định và giải quyết những lo lắng khi bạn khẳng định bản thân. - Học 3 bước đơn giản để giảm thiểu lo lắng. - Đánh giá lại những kiến thức và kỹ năng đã học được trong nửa đầu khóa học.
		Chủ đề 6: Giải quyết mâu thuẫn. - Học cách giải quyết mâu thuẫn một cách hiệu quả và tôn trọng. - Hiểu rõ bản chất của mâu thuẫn để có thể giải quyết một cách hợp lý. - Tìm hiểu về phương pháp giải quyết mâu thuẫn kiểu "thắng-thua" và hạn chế của phương pháp này. - Học cách giải quyết mâu thuẫn để cả hai bên đều hài lòng. - Học cách giải quyết vấn đề một cách có hệ thống.
		Chủ đề 7: Giải quyết xung đột giá trị. - Học cách giải quyết xung đột do sự khác biệt về giá trị giữa bạn và người khác. - Nắm vững các kỹ năng để đối mặt và tìm kiếm giải pháp phù hợp cho cả hai bên. - Học cách chấp nhận sự khác biệt và tôn trọng giá trị của người khác. - Biết cách thay đổi môi trường xung quanh để giảm thiểu xung đột.

MỤC TIÊU CHÍNH	CẤP ĐỘ KỸ NĂNG	NỘI DUNG CHÍNH
Kết nối hiệu quả với người khác	Phát triển kỹ năng	Chủ đề 8: Trợ giúp hiệu quả. - Học cách trợ giúp người khác một cách hiệu quả, đồng cảm và tôn trọng. - Nắm vững các kỹ năng giao tiếp hiệu quả để giải quyết những rào cản trong giao tiếp. - Học cách lắng nghe chủ động để thấu hiểu người khác.
Lập kế hoạch và quản trị cuộc sống	Ứng dụng kỹ năng	Chủ đề 9: Lập kế hoạch hiệu quả cho cá nhân. - Học cách lập kế hoạch cho cuộc sống một cách hiệu quả, dựa trên những nhu cầu cá nhân và mục tiêu cụ thể. - Biết cách ưu tiên những nhu cầu quan trọng và tập trung vào mục tiêu chính. - Học cách đánh giá nhu cầu của bản thân và xây dựng kế hoạch hành động phù hợp. Chủ đề 10: Hỗ trợ nâng cao hiệu quả cá nhân. - Nắm vững các kỹ năng để nâng cao hiệu quả cá nhân và đạt được tiềm năng tối ưu. - Học cách quản lý thời gian hiệu quả và dành thời gian chất lượng cho bản thân. - Ôn tập lại những kỹ năng đã học được và áp dụng chúng vào cuộc sống hàng ngày. - Đánh giá bản thân và tìm kiếm những tài nguyên hỗ trợ cho sự phát triển cá nhân.



PHƯƠNG PHÁP GIẢNG DẠY

Chương trình chuyên sâu đã được chứng minh này chỉ được giảng dạy bởi các giảng viên do Gordon Training International chứng nhận.

Thiết kế chương trình bao gồm:

- Các bài thuyết giảng các nội dung và kỹ năng Lãnh đạo Bản thân từ giảng viên .
- Sử dụng các tài liệu trực quan và công cụ hỗ trợ khác để trình bày và minh họa.
- Hoạt động thảo luận nhóm nhỏ và cả lớp.
- Làm mẫu việc sử dụng các kỹ năng bởi giảng viên.
- Thực hành rèn luyện kỹ năng chuyên sâu trong nhóm nhỏ.
- Các hoạt động thực hành và làm bài tập theo sách cùng cả lớp.
- Đưa ra phản hồi cá nhân và nhóm.
- Ứng dụng các kỹ năng vào các tình huống cụ thể và ví dụ thực tế của người tham gia.
- Thực hành giảng dạy các nội dung của khóa Lãnh đạo Bản thân với các giáo cụ.
- Bộ tài liệu đầy đủ dành cho học viên, bao gồm sách Be Your Best và sách bài tập.
- Huấn luyện và phản hồi chuyên sâu liên tục từ giảng viên .
- Lập kế hoạch hành động và đặt mục tiêu cá nhân.



CHUYÊN GIA GIẢNG DẠY

Chương trình được giảng dạy bởi những giảng viên được huấn luyện và chứng nhận bởi tổ chức đào tạo quốc tế Gordon Training International và FAROS Education & Consulting.

LỊCH HỌC & HỌC PHÍ

Vui lòng liên hệ Bộ phận Đào tạo của FAROS để được tư vấn.

LIÊN HỆ

FAROS Education & Consulting

Địa chỉ: 110 đường B2, Khu đô thị Sala, phường An Lợi Đông, Tp Thủ Đức, Tp Hồ Chí Minh.

Điện thoại: 0906 616 526 | Website: www.faros.edu.vn