



## KÉPZETTSÉG

- Okleveles pszichológus, Kossuth Lajos Tudományegyetem Pszichológia szak
- Tanácsadó szakpszichológus (krízis specializáció), Eötvös Lóránd Tudományegyetem, Pszichológia Szak
- Relaxációs (autogén tréning) terapeuta, Magyar Relaxációs és Szimbólumterápiás Egyesület
- Rogers Egyesület, személyközpontú non-direktív terápiás képzettség
- Williams Életkészségek Facilitátor
- DISC viselkedési típus tan, Psidium akkreditált tanácsadó
- NLP Practitioner végzettség
- MBSR (Mindfulness Based Stress Reduction) tanfolyami végzettség
- Tranzakció Analízis alapképzettség
- Playback színházi színész, játékmester
- Angol nyelvtudás

## SZAKMAI TAPASZTALAT

- 2012 – Valoro Consulting Kft., vezető tréner, tanácsadó
- 2014 – SQ Sense Bt., ügyvezető, tréner, tanácsadó, szakpszichológus
- 2012-2013 Professzionális Coaching Egyesület, tag, „mesteri elme” csoportvezetés
- 2009 – 2014 ArGalaxy Bt., ügyvezető, tanácsadó
- 2006-2009 – Hatteras Humán Fejlesztő Kft., szakmai vezető, tanácsadó, tréner
- 2006 – Wanderlee Magyarország Szervezetfejlesztő és Rekreációs Kft., tanácsadó, tréner
- 2005-2006 – Magyar Honvédség, Lélektani műveleti specialista
- 2003-2005 - Magyar Honvédség, Csapatpszichológiai hálózat, szakmai vezető (vezető pszichológus)

## VÁLOGATOTT REFERENCIÁK

- Csongrád Megyei Kormányhivatal – vezetők fejlesztése, tréningek és műhelyek
- NKM Hálózat (DÉMÁSZ) – vezetők felkészítése értékelő beszélgetésekre
- OTP Bank – vezetők felkészítése teljesítmény menedzsment visszajelzésekre
- Raiffeisen Bank – vezetők felkészítése értékesítést támogató coachingra
- Erste Bank – vezetők felkészítése belső fejlesztő vezetői tevékenységre, coachingra
- Életvezetést támogató pszichológiai konzultációk, coaching
- Aegon Biztosító – mentálhigiénés csoportos coaching

## Mi az a kifejezés, ami leginkább leírja a szakmai működésed?

A reziliens fejlesztő légkör, ami leginkább kifejezi a jelenlétemben kialakuló képzési minőséget. Húsz évet meghaladó felnőttképzési gyakorlatom során érlelődött meg bennem ez az attitűd és jelenlét, ami kölcsönösen inspiráló úgy a résztvevőknek, mint nekem. Belső megélésemben pedig, ami a megközelítem helyességének fokmérője, hogy több, mint 600 tréningcsoport és számos egyéni konzultációs, coaching folyamat után még mindig szeretem és élvezem a munkámat.

## ARGALÁSZ ATTILA

VEZETŐ TRÉNER | COACH

### Szakmai kompetenciák

- Önismeret, öntudatosság és önmotiváció fejlesztése
- Vezetőfejlesztés
- Agilitás kompetencia és készség alapú alapú támogatása
- Asszertív és együttműködő kommunikáció fejlesztése
- Érzelmi intelligencia és reziliencia fejlesztése
- Sajátélményű interaktív konfliktuskezelés
- Együttműködés fejlesztése
- Tudatos cselekvőkészség fejlesztése „határvoná” helyzetekben
- Egyéni és csoportos pszichológiai konzultáció és coaching