

Catalog cursuri

 **journeys**
2025



eJourneys

ASCENDIA S.A. vă pune la dispoziție pachetele de cursuri e-learning **eJourneys**, dezvoltate pe diferite teme de actualitate pentru piața de business din România, ce pot constitui un punct solid de plecare în strategia de upskilling/reskilling a angajaților.

Caracteristica principală a acestor cursuri este aceea că sunt concepute ca module cu durată de parcurgere mică, ce se pot accesa de pe orice dispozitiv smart (telefon, tabletă, TV, Laptop, PC). Fiind cursuri de tip **microlearning**, captează atenția și păstrează interesul cursantului, facilitând astfel învățarea eficientă. Fiecare pachet eJourneys conține mai multe Teme, împărțite în Module e-learning. Timpul de parcurgere al fiecărui modul este între 20 și 40 de minute (timp cursant).

Modulele e-Learning sunt dezvoltate în **limba română**, în parteneriat cu **Trend Consult**, pornindu-se de la specificul mediului de afaceri din România.

Specificații pentru cursurile e-learning eJourneys:

- Numărul de licențe achiziționate: nelimitat, în cadrul organizației (veți putea acorda acces la aceste cursuri tuturor angajaților, pe perioada stipulată);
- Modalitatea de livrare: pachete **SCORM** pe platforma LMS dorită;
- Durata de folosire a licențelor: **1 an calendaristic** de la data achiziționării.

Colecțiile eJourneys:

- 266 module e-Learning, în limba română, pentru dezvoltare personală și profesională
- Peste 130 de ore de conținut, de tip micro-learning, pe diferite teme actuale, de interes pentru angajații companiei dumneavoastră.
- Mai mult de 15 trainerii români, care își transpun experiența, în format e-Learning și sunt la dispoziția cursanților, oricând, pe orice dispozitiv.



CUPRINS

10
Colecții

3 Teme
31 Module



Excel Începători
10 module

1. Concepte de bază
2. Rânduri, coloane, celule
3. Tipuri de date
4. Ce sunt și cum să utilizați referințele celulare
5. Formule și funcții
6. Formatări
7. Sortarea și filtrarea datelor
8. Completare automată și umplere rapidă
9. Tabele și diagrame
10. Tipărirea Workbooks și Worksheets



PowerPoint Essentials
10 module

1. Introducere în Power Point
2. Slide-uri
3. Formate
4. Text
5. Imagini și grafice
6. Animații
7. Audio și video
8. Prezentări
9. Acțiuni în prezentări
10. Tabele



Excel Avansați
11 module

1. Formatarea condiționată
2. Anteturi și subsoluri
3. Funcțiile IF simple și complexe
4. Media unui grup de numere
5. Funcția VLOOKUP
6. Operațiuni cu timp
7. Formule matriceale
8. Crearea și gestionarea listelor derulante
9. Crearea de PivotTable
10. Workbooks și Worksheets protejate cu parolă
11. Macro-urile și utilizarea lor

10 Teme
41 Module



Provocările lucrului de acasă I
3 module

1. Lucrul de acasă
2. Gestionarea anxietății
3. Tehnologiile pentru lucrul de acasă



Educație financiară
3 module

1. Bugetul personal
2. Stabilitate financiară
3. Cum să economisești și să investești



Provocările lucrului de acasă II
5 module

1. Gestionarea izolării
2. Protejarea împotriva știrilor false
3. Capcane în gândire
4. Disciplina personală
5. Participarea la ședințele online



Coping with change
3 module

1. Reacția la schimbare
2. Gestionarea emoției în schimbare
3. Schimbarea pas cu pas



Growth Mindset
3 module

1. Mentalitate fixă vs. Mentalitate de creștere
2. Reacția la propriile erori și eșecuri
3. Reacția la erorile celorlalți



Eficiența personală
6 module

1. Provocări în gestionarea timpului
2. Planificare
3. Organizare
4. Prioritizare
5. Creșterea eficienței
6. Gestionarea Evenimentelor neașteptate

Dezvoltare Personală



Gândire critică 6 module

1. Ce înseamnă gândirea critică
2. Analiza argumentării
3. Analiza raționamentului
4. Analiza argumentelor
5. Gândirea critică în relația cu sine
6. Gândirea critică în relația cu ceilalți



Gândire strategică 6 module

1. Cum să gândești strategic
2. Imaginea de ansamblu
3. Concentrarea pe scop
4. Folosirea inteligentă a oportunităților
5. Gândirea în timp
6. Lucrul cu ipoteze



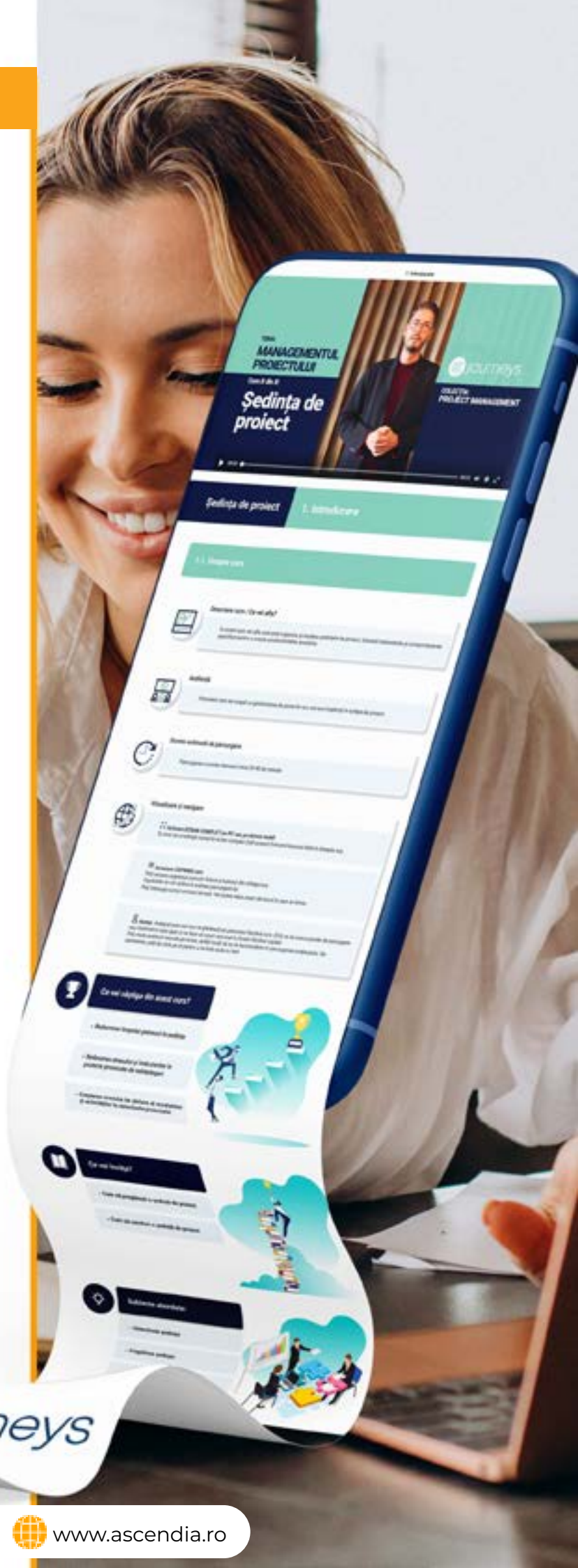
Gestionarea presiunii și obstacolelor 3 module

1. Ce este presiunea?
2. Reacția la presiune și obstacole
3. Tehnici de gestionarea presiunii și obstacolelor



Echilibrul muncă - viață personală 3 module

1. Cum îți construiești cariera?
2. Managementul timpului
3. Claritate și semnificație în viață



4 Teme
13 Module



Conformitate
3 module

1. Anti-Mită - cerințe legale
2. Combaterea Evaziunii Fiscale
3. Denunțarea - protecția și responsabilitățile angajaților



Prim Ajutor
4 module

1. Prim Ajutor adulți
2. Prim Ajutor copii
3. Situații speciale
4. Primul ajutor în caz de accidente rutiere



Sănătate și Siguranță
5 module

1. Folosirea corectă a stingătoarelor
2. Instruire introductiv generală în SSM
3. Manipularea manuală a maselor
4. Ergonomia la birou
5. Educație rutieră



Securitate Cibernetică
1 modul

1. Securitate Cibernetică

E-LEARNING

7 Teme
24 Module



**Înțelegerea psihologiei
clientului**
3 module

1. Nevoile și decizia de cumpărare
2. Descoperirea nevoilor clientului
3. Prezentarea soluției



**Întâlniri eficiente de
vânzare**
4 module

1. Pregătirea întâlnirii
2. Deschiderea
3. Conducerea discuției
4. Închiderea întâlnirii de vânzare



Sales Skills



Abilități de influențare 3 module

1. Abordarea strategică a influențării
2. Instrumente și Tehnici de Influențare Directă
3. Instrumente și tehnici de influențare indirectă



Prospectarea 3 module

1. Generarea listei de prospekți
2. Abordarea potențialilor clienți
3. Solicitarea de recomandări



Câștigarea loialității clientului 3 module

1. Etape în ciclul de viață al clientului
2. Solicitarea și integrarea feedback-ului
3. Construirea și menținerea relației pe termen lung



Oferirea de răspunsuri clientului 4 module

1. Înțelegerea nevoilor și întrebărilor clientului
2. Prezentarea de soluții și alternative
3. Gestionarea așteptărilor clientului
4. Obținerea angajamentului clientului



Atitudinea în interacțiunea cu clientul 4 module

1. Roluri în relația cu clientul
2. Așteptările clientului
3. Poziționarea în relația cu clientul
4. Orientarea către soluție

11 Teme
60 Module



Managementul proiectului
8 module

1. Etapele proiectului
2. Inițierea proiectului
3. Definirea proiectului - Obiective și livrabile
4. Definirea proiectului - Analiza și planificarea activităților
5. Dezvoltarea proiectului – Managementul riscurilor
6. Testarea proiectului
7. Monitorizarea proiectului
8. Ședința de proiect



Managementul schimbării
5 module

1. Rolul managerului în schimbare
2. Acceptarea schimbării
3. Obținerea angajamentului în schimbare
4. Învățarea în schimbare
5. Menținerea motivației în schimbare





Empowering People 4 module

1. Cum dai putere oamenilor din echipă
2. Catalizatori și bariere în transferul puterii către echipă
3. Ce și cui deleg
4. Discuția de delegare



Feedback 5 module

1. Nevoia de feedback
2. Primirea de feedback
3. Solicitarea de feedback
4. Acordarea de feedback
5. Feedforward



Managementul Performanței 7 module

1. Definirea performanței
2. Principii cheie în managementul performanței
3. Observarea comportamentelor
4. Acordarea feedbackului
5. Pregătirea discuției de evaluare
6. Discuția de evaluare
7. Gestionarea diferențelor de perspectivă în evaluare



Conflict Management 6 module

1. Tipuri de conflict
2. Abordarea Conflictului
3. Deturnarea reacției proprii
4. Empatia
5. Alinierea perspectivelor
6. Lucrul la o soluție

E-LEARNING



Diversitate și incluziune în echipă

5 module

1. Ce înseamnă a fi în largul meu în echipă?
2. Cum îi vedem pe ceilalți?
3. Cum creăm un mediu incluziv
4. În spatele scenei. De ce apare discriminarea?
5. Granițele exprimării de sine



Coachingul în activitatea zilnică

4 module

1. Coachingul ca instrument de management
2. Ascultarea în discuția de coaching
3. Facilitarea găsirii de soluții
4. De la soluție la acțiune



Six SIGMA

4 module

1. Metodologia LEAN 5S
2. Fundamentele LEAN Six Sigma
3. Six Sigma Yellow Belt
4. Six Sigma Green Belt



Recrutare și selecție

8 module

1. Piața muncii
2. Procesul de recrutare și selecție
3. Cererea de recrutare
4. Campanii de recrutare
5. Selecția CV-urilor și pregătirea interviului
6. Structura interviului
7. Investigarea competențelor candidaților
8. Decizia post-interviu



Comunicarea în echipă

4 module

1. Comunicarea ca proces
2. Ascultarea activă
3. Echipa Millennials
4. Feedback pentru performanță

4 Teme
17 Module



Conținutul în comunicare
4 module

1. Pentru ce comunic
2. Ce și cât comunic
3. Ce legătură au ideile între ele
4. În ce ordine spun lucrurile



Creativitate
5 module

1. Ești creativ?
2. Ce poate stimula creativitatea?
3. Tehnici creative
4. Încurajarea creativității la ceilalți
5. Grupuri creative



**Poziționarea în
comunicare**
4 module

1. Tipuri de poziționare
2. Mesaje capcană
3. Exprimare asertivă
4. Nevoile interlocutorului



Inovație
4 module

1. Cât de inovator ești
2. Inspirația
3. Ideea
4. Implementare

5 Teme
17 Module



Customer Care
1 modul

1. Amabilitatea



**Prevenirea și gestionarea
obiecțiilor**
4 module

1. Cum evaluează clientul propunerile?
2. Tipuri de obiecții
3. Prevenirea obiecțiilor
4. Tratarea obiecțiilor



Gestionarea reclamațiilor
7 module

1. Așteptări încălcate și tipuri de clienți
2. Pași în gestionarea reclamațiilor
3. Gestionarea propriilor emoții
4. Gestionarea emoțiilor clientului
5. O înțelegere comună a situației
6. Găsirea soluției pentru reclamație
7. Încântarea clientului



**Inteligența emoțională în
Customer Care**
2 module

1. Emoțiile cu care intri în discuție
2. Gestionarea propriilor emoții în discuțiile cu clientul



Depășirea obiecțiilor
3 module

1. Înțelegerea sursei obiecției și a tipului ei
2. Prevenirea obiecțiilor
3. Tratarea obiecțiilor

6 Teme
18 Module



Interviews
3 module

1. Skills
2. Confidence Building
3. Common Interview Questions



Client Communication
3 module

1. Understanding Client Needs
2. Unique Selling Proposition
3. Client Retention Strategies



Email
3 module

1. Business Email Netiquette
2. Formal and Semi-formal Business Emails
3. Connecting Ideas in a Business Email



**Internal Communication:
Online Meetings**
3 module

1. Basics of Online Meetings Between Colleagues
2. Making Suggestions in Online Meetings
3. Making Requests in Online Meetings



Business Trips
3 module

1. Planning a Business Trip
2. Tips for multicultural settings
3. Recommendations for Visiting Guests



Business Phone Calls
3 module

1. Phone Etiquette and Professionalism
2. Providing Information in Business Phone Calls
3. Handling Complaints Over the Phone

6 Teme
18 Module**Corporate Culture**
3 module

1. Corporate Structures and Job Hierarchies
2. Professional Small Talk
3. Team Collaboration and Project Communication

**Presentations and Speeches**
3 module

1. Structuring Your Presentation
2. Delivering Your Presentation
3. Storytelling Techniques for Engaging Presentations

**Negotiation**
3 module

1. Preparing for Negotiations
2. Persuasive Language for Negotiation
3. Negotiation with Difficult Personalities

**Effective Feedback Strategies**
3 module

1. Feedback-rich Culture in the Workplace
2. Giving Constructive Feedback
3. Receiving and Accepting Feedback

**Conflict Resolution**
3 module

1. Understanding Conflict in the Workplace
2. Mediation and Conflict Resolution Techniques
3. Conflict Prevention

**Productivity in the Workplace**
3 module

1. Goal Setting and Time Management
2. Prioritization Techniques
3. Overcoming Stress, Procrastination and Interruptions

9 Teme
27 Module



Automatizarea robotică a proceselor (RPA) **3 module**

1. Introducere în RPA Software
2. Integrarea RPA și viitorul automatizării
3. Analiza proceselor în vederea automatizării prin RPA



Big Data **3 module**

1. Fundamente Big Data
2. Tehnologii și instrumente pentru Big Data
3. Aplicații avansate și tendințe în Big Data



Internet of things **3 module**

1. Concepte de bază în IoT
2. Proiectarea și dezvoltarea IoT
3. Integrare sisteme IoT și tehnologii cloud



Inteligență artificială (AI) **3 module**

1. Concepte de bază în IA
2. Aplicații IA în companie
3. Responsabilitate și etică în folosirea IA

**Fabricație aditivă**
3 module

1. Modelare 3D - Concepte de bază
2. Imprimare 3D - Concepte de bază
3. Aplicabilitatea imprimării 3D

**Tehnologiile Cloud**
3 module

1. Introducere în tehnologiile cloud
2. Tipuri de cloud
3. Caracteristici ale cloud computing

**Sisteme Cyber-Fizice**
3 module

1. Introducere în tehnologia sistemelor cyber fizice
2. Arhitecturi, rețele, aplicații CPS
3. Riscuri și vulnerabilități privind securitatea în CPS

**Învățare automată
(Machine Learning)**
3 module

1. Înțelegerea oportunităților comerciale și a contextului
2. Tipuri de învățare automată
3. Baze de date

**Tehnologia Blockchain**
3 module

1. Introducere în tehnologia Blockchain
2. Aplicații practice ale Blockchain
3. Integrarea Blockchain în afaceri

