



2denní zakázkový program Prevence a nástroje zvládání konfliktu I. (Basic)

Lead Yourself

**Shine
Leadership**

Počátkem řešení každého konfliktu je uvědomění, že souhlas není shoda názorů, ale vůle.



Jitka Jilemická
lektorka programu



Vladimír Jelen
lektor programu

Více informací na:
ShineLeadership.cz

Kontaktní osoba
Mgr. Šárka Pojerová
Managing Director
sarka.pojerova@ShineLeadership.cz
+ 420 603 711594



QR kód – rychlá cesta k nám

1. Spusťte fotoaparát a namířte na QR kód.

Jestliže se zobrazí zpráva pro otevření naší stránky, klikněte na ni a jste u nás.

2. Pokud máte starší telefon, stačí si zdarma stáhnout některou z aplikací pro čtení QR kódů a tu použít.



Proč zvolit tento program?

Chcete pochopit základní zákonitosti mezilidské komunikace a možnosti prevence, analýzy a řešení konfliktů? Potřebujete rozpoznat manipulace a nekalé praktiky v komunikaci i v jednání?

Tento dvoudenní trénink vám dá užitečné pohledy na problémovou situaci z různých úhlů – a jak a kde hledat pro obě strany vzájemně přijatelné řešení. Vše si také hned vyzkoušíte v praxi.

Témata

- Interaktivní trénink, který vychází z cíle nastartovat změnu komunikačních návyků
- Trénink na praktických situacích
- S důrazem na aktivní řešení konkrétních situací a zpětnou vazbu
- Přenést poznatky do pracovní praxe

Témata - 1. den

- Pohled na konflikt z různých stran
- Typy konfliktů
- Vývoj konfliktu a jeho fáze
- Možnost ovlivnění, analýza konfliktu
- Strategie, stylы
- Výbava k řešení konfliktu a efektivní komunikaci
- Trénink
- Zpětná vazba

Témata - 2. den

- Nástroje a dovednosti – aktivní naslouchání, otázky, parafráze, empatie
- Otevřené vyjadřování svých stanovisek, názorů a pocitů – efektivní sdělení
- Jak zvládnout své reakce na chování druhých a reakce na konflikt
- Kroky řešení konfliktu, vedení rozhovoru
- Asertivita jako prevence konfliktních situací a cesta k jejich zvládání
- Sebeobrana aneb jak říci „ne“
- Uvolňování negativních emocí a stresu
- Trénink a zpětná vazba

Metody a techniky

Modelové situace a skupinová práce. Techniky skupinového sdílení a reflexe, výkladu a koučovacího přístupu při práci s dotazníkem.



Shine Leadership s.r.o.

Office and Training Centre Hradčanská: Milady Horákové 116/109 B, 160 00 Praha 6
Main Office: Suchdolská 1273/3, 165 00 Praha

ShineLeadership.cz