



work point
agencja pracy

„Pracujemy dla najlepszych i z najlepszymi”

Warsztaty rozwoju

Trening psychologicznych podstaw efektywnej komunikacji w zespole oraz komunikacji w sytuacji konfliktowej. Wybrane techniki rozwiązywania konfliktów.

Cele:

- *Poznanie swoich mocnych i słabych stron w zakresie komunikowania się.*
- *Ćwiczenie umiejętności komunikacyjnych w zespole.*
- *Określenie kierunku dalszej pracy nad rozwojem swoich umiejętności komunikacyjnych i prezentacyjnych.*

I. Psychologiczne podstawy efektywnej komunikacji w zespole.

1. Podstawowe reguły i zasady komunikacji niewerbalnej.
2. Ćwiczenia warsztatowe z wykorzystaniem psychodramy i ćwiczeń głosowych.
3. Umiejętność efektywnego komunikowania się werbalnego i niewerbalnego.
4. Efektywne komunikowanie się w zespole:
5. Dekalog poprawnego komunikowania się.
6. Style komunikacji – typowe słowa i zwroty.
7. Komunikacja perswazyjna.

II. Efektywna komunikacja w trudnych sytuacjach konfliktowych.

1. Ćwiczenie asertywnej autoprezentacji z wykorzystaniem reguł komunikacji niewerbalnej.
2. Style mowy (bierny, agresywny, asertywny) a komunikacja interpersonalna.
3. Skuteczne radzenie sobie z krytyką.
4. Zasady udzielania informacji zwrotnej; praca z negatywnymi emocjami w sytuacji kryzysowej.
5. Efektywne przekazywanie trudnych informacji i krytyki.
6. Asertywne radzenie sobie w sytuacji konfliktowej. Indywidualny styl rozwiązywania konfliktów.

III. Techniki rozwiązywania konfliktów w zespole pracowniczym.

1. Zarządzanie konfliktem. Główne metody rozwiązywania konfliktów:
2. Praca z emocjami w konflikcie. Stres; radzenie sobie w sytuacji trudnej.
3. Twórcze zasady rozwiązywania konfliktów.
4. Efektywna komunikacja jako niezbędne narzędzie zarządzania konfliktem.
5. Bariery komunikacyjne a rozwiązywanie konfliktów. Komunikacja werbalna i niewerbalna.
6. Wykorzystanie wybranych technik negocjacyjnych w rozwiązywaniu konfliktów.
7. Umiejętności asertywne przydatne w rozwiązywaniu konfliktów.

Forma zajęć: zajęcia warsztatowe, elementy treningu grupowego, wykład, psychodrama, zadania symulacyjne;

Czas trwania: 2 dni szkoleniowe po 8 h

Termin: do uzgodnienia

Uczestnicy: od 8 do 12 osób

Cena warsztatu: do uzgodnienia

Wyślij zapytanie na adres szkolenia@work-point.pl