

Cieľ tréningu:

Naučíte sa, ako zvládať konfliktné situácie bez zbytočných emócií a využívať prístupy, ktoré môžete použiť aj v súkromnom živote. Naučíte sa, ako vysloviť svoje požiadavky, tak aby ich aj druhá strana prijala. Osvojíte si asertívne správanie a vyhnete sa tak častým konfliktom na pracovisku alebo v osobnom živote.

Komu je kurz určený:

- Manažérom vrcholovej a strednej úrovne
- Majiteľom firiem
- Vedúcim tímov, projektov
- Všetkým, ktorí chcú zvýšiť efektivitu a kreativitu svojich tímov a eliminovať nežiadúce konflikty

Obsah tréningu:

- Charakteristika konfliktov a konfliktných situácií
- Typológia správania človeka v konflikte
- Typy reakcií na konflikt a ich výhody a nevýhody
- Zvládanie rôznych typov konfliktov s použitím asertívnych techník
- Prevencia konfliktu
- Najčastejšie metódy pri riešení konfliktných situácií
- Zvládanie hnevu, agresivity, nátlaku a manipulácie v konflikte
- Argumentácia a kritika
- Problematika stresov
- Modelovanie a precvičovanie problémových situácií

