

Trening zarządzania emocjami w sytuacjach komunikacyjnych

CEL TRENINGU:

Warsztat ma na celu dać uczestnikom elementarne, świadome, umiejętności radzenia sobie z emocjami swoimi i innych w skomplikowanych sytuacjach komunikacyjnych, związanych z wypełnianiem przez nich obowiązków zawodowych oraz codziennym życiu

Umiejętności te poprawią efektywność ich pracy, a także zapewnią im niezbędną higienę emocjonalną, wynikającą z charakteru zadań, którymi się zajmują.

Trening skupia się na dawaniu uczestnikom indywidualnych umiejętności i z tego powodu ma w większej części charakter intensywnych warsztatów

Efektywna dla procesu nauki grupa to maksymalnie 10-12 osób

Czas trwania treningu 16 godzin szkoleniowych

MODUŁ	ELEMENTY
Wprowadzenie do tematu	<ul style="list-style-type: none"> • Podstawowe wiadomości dotyczące emocji i inteligencji emocjonalnej • Zasady percepcji ludzkich zachowań • Rola empatii w sytuacjach komunikacyjnych • Niebezpieczeństwa płynące z uogólnień i nadinterpretacji • Celowość komunikacyjna • Relacje i antyrelacje
Behawioralna kontrola dynamiki procesu negocjacji	<ul style="list-style-type: none"> • Obserwacja zachowań — ćwiczenia z materiałem filmowym • Mowa ciała – zagrożenia interpretacyjne • Gesty, jako główne źródło informacji o stanie emocjonalnym rozmówcy -- ćwiczenia • Rola i efektywne wykorzystanie przestrzeni w procesie komunikacji — proksemika -- ćwiczenia • Rola i efektywne wykorzystywanie ruchu w komunikacji – kinezyka-- ćwiczenia • Chronemika, czyli o osobniczej interpretacji czasu i jak z tego korzystać -- ćwiczenia • Analiza materiału filmowego
Kodowanie i dekodowanie emocji w procesie komunikacji	<ul style="list-style-type: none"> • Elementy analizy transakcyjnej • Trójkąt dramatyczny

	<ul style="list-style-type: none">• Odroczone spontaniczność i możliwości, które za nią idą• Umiejętności budowania spójnego dla kontekstu przekazu komunikacyjnego w oparciu o behawiorystkę i lingwistykę -- ćwiczenia
Techniki unikania konfliktów i rozładowywania sytuacji trudnych	<ul style="list-style-type: none">• Rola i niebezpieczeństwa płynące ze stereotypów• Koło konfliktu i jego wartościowanie emocjonalne• Werbalne sposoby budowania relacji i unikania konfliktów• Pozawerbalne sposoby budowania relacji i unikania konfliktów• Budowanie własnego wizerunku• Ćwiczenia• Omówienie materiału filmowego

Oczywiście tak wygląda ramowa struktura tego warsztatu. Może on zostać bardziej dostosowany do zgłaszanych przez zamawiającego potrzeb oraz specyfiki branży.

Cena umowna do negocjacji.

Zapraszamy