

Asszertív konfliktuskezelési technikák



A MINDENNAPI GYAKORLATBAN

2022. február 18., ONLINE tréning



A program célja, hogy:

- elméleti ismeretek és változatos gyakorlatok segítségével lehetőséget nyújtson Önnek arra, **hogyan megismerje és bővítsen konfliktuskezelési repertoárját,**
- konfliktuselemzési módszerek révén fejlődjön a **konfliktusokhoz való helyzetfüggő hozzáállása,**
- **formálódjon konfliktus-felfogási szemlélete,**
- képes legyen **erőforrásként kezelni a konfliktusokat,**
- felkészítse Önt a **nehéz helyzetek kezelésére** és elvárásainak világos, asszertív megfogalmazására.

A tréning tartalmából:

- Viselje el a kritikát! – Készüljön fel a konfliktusokra! – Legyen kész tisztázni a konfliktushelyzeteket!
- Tartsa kézben a konfliktusokat!
- Különbözőségünk erőforrásként való hasznosításának lehetőségei
- Konfliktus-elemzés másképp
- Elméletek – módszerek – technikák a konfliktuskezelés szolgálatában



Az Ön trénera:

FEHÉR ISTVÁN, tanácsadó-partner, HR szakértő, szervezetfejlesztő, tréner, coach

Bizonyára Ön is volt már részese olyan meetingnek vagy értekezletnek, amelynek vitája alatt nagyon kellemetlenül érezte magát és nem igazán tudta kezelni a helyzetet, főleg nem megfelelően képviselni az álláspontját. Márpedig a konfliktusokat kezelni kell, sőt konfliktusok nélkül nincs fejlődés, nincs előrehaladás.

Tréningünkön a résztvevők megtanulják helyesen kezelni a konfliktusokat, és profitálnak a mindennapi konfrontációkból!

Tréningünk kiváló útmutatást nyújt a konfliktuskezelési technikák tekintetében.

A tréningen:

- a résztvevők foglalkozhatnak saját konfliktusaikkal, illetve a környezetükben zajló konfliktusokkal, azokra ránézhetnek elemző szemmel,
- kérdőívek segítségével, valamint a csoporttól kapott visszajelzések által képet alkothatnak saját konfliktuskezelési repertoárjukról,
- gondolkodhatnak a fejlődésük irányairól, ötleteket kaphatnak annak megvalósításához,
- megismernek néhány konfliktus-megelőzési, illetve konfliktuskezelési technikát/lehetőséget.

Tartsa kézben a konfliktusokat!

- Ütközési helyzetek a munkahelyi környezetben
- Ismerje meg a konfliktusok forgatókönyvét!
- Jelek, melyekből azonosíthatja, mely szakaszában tart a konfliktus
- Erős érzelmek megjelenése a konfliktushelyzetekben

Öntudatosan és magabiztosan

- Hogyan mutakozzon mindig barátságosnak és egyenesnek?
- Hogyan tudja egyre jobban érvényesíteni akaratát?
- „Igen, meg tudom csinálni!” – Belül stabil, kívülről szemlélve rugalmas!
- „Keep cool!” - Kerülje el a pánikot és maradjon cselekvőképes!

Bátran – Emberien – Mesterien

- Minden ember más – A nehéz emberekkel való helyes bánásmód
- Csak semmi pánik! Senkitől és semmitől – Bátran mondjon nemet és állítson fel határokat!

Hiteles – Higgadt – Logikus

- A frusztráció és agresszió, mint erőforrás értelmes alkalmazása
- Gyakorlat teszi a mestert – A nem bosszankodás személyes stratégiájának kidolgozása
- Árral szembe menni – Tanuljon meg kikapcsolódni gombnyomásra egy fárasztó nap után

- Fedezze fel személyes belső egyensúlyát a csúcsteljesítmény és a jó közérzet között! Maradjon egyensúlyban!
- A győzelem a fejben dől el – Személyes blokádok minimalizálása

Különbözőségünk erőforrásként való hasznosításának lehetőségei

- Hogyan értheti meg jobban mások viselkedését/ működését?
- Asszertív/ agresszív/ szubmisszív viselkedés
- A saját asszertivitás gátjainak azonosítása
- Hogyan szolgálhatja a konfliktus a vállalati tevékenység és a kapcsolatok fejlődését?

Konfliktus-elemzés másképp

- Saját, jelenleg meglévő konfliktuskezelési repertoár feltérképezése
- Az én-közlések hatékonysága
- Mi köze a konfliktuskezeléshez az érzéseknek és az igényeknek?
- Az aktív hallgatás technikája
- Dramatikus technikák

Elméletek – módszerek – technikák a konfliktuskezelés szolgálatában

- TA - Tranzakcióanalízis
- Asszertív kommunikáció
- A figyelem és az empátia fejlesztése
- A tiszta kommunikációt segítő apró technikák tanulása, gyakorlása

Asszertív konfliktuskezelési technikák



A MINDENNAPI GYAKORLATBAN
2022. február 18., ONLINE tréning



1. RÉSZTVEVŐ:

Vezetéknév Keresztnév
 Beosztás
 Osztály
 Végzettség
 Telefon
 Fax¹
 Mobiltelefon¹
 E-mail¹
 Aláírás²

A rendezvényen való részvétel engedélyező/elrendelő személy:

Vezetéknév Keresztnév
 Beosztás
 Osztály

Adminisztratív kapcsolattartó:

Vezetéknév Keresztnév
 Beosztás
 Osztály

Helyettesítő személy³

Vezetéknév Keresztnév
 Beosztás
 Osztály
 Aláírás²

2. RÉSZTVEVŐ:

Vezetéknév Keresztnév
 Beosztás
 Osztály
 Végzettség
 Telefon
 Fax¹
 Mobiltelefon¹
 E-mail¹
 Aláírás²

-10%

SZÁMLÁZÁSI CÍM:

Cégnév
 Irányítószám Helység
 Utca/Postafiók

¹ E-mail címének, fax- és mobilszámának megadásával hozzájárul ahhoz, hogy az IIR további rendezvényeiről e csatornákon is kapjon tájékoztatást.

² A képzés/rendezvényre regisztráló személy aláírásával igazolja, hogy a képzésen/rendezvényen személyesen vesz részt.

³ Az Ön helyettese, amennyiben Ön nem tud részt venni a rendezvényen.

**Csoportos kedvezményért
kérje egyedi ajánlatunkat!**

06-70/312-5710 • ARPAD.NOVAK@IIR-HUNGARY.HU

Részvételi díjak

ASSZERTÍV KONFLIKTUSKEZELÉSI TECHNIKÁK
A MINDENNAPI GYAKORLATBAN:
2022. FEBRUÁR 18., ONLINE TRÉNING

2022. JANUÁR 1-IG

99.000 Ft

2022. JANUÁR 2-TŐL

139.000 Ft

Áraink nem tartalmazzák az áfát ■ A feltüntetett megtakarítások a több napos rendezvények határidős kedvezményét, valamint a regisztrált napok számától függő kedvezmény nettó összegét tartalmazzák ■ A rendezvényen kép- és hangfelvétel készíthető.

FIZETÉS, VISSZALÉPÉS

Visszalépési és lemondási feltételek: A jelentkezéssel résztvevőnk elfogadják a jelentkezési és visszalépési feltételeket. A regisztráció beérkezése és vizsgálata után a költségviselő számlázási címére kiállított előlegekérőrt küldünk, kérjük az ott feltüntetett összeget szíveskedjenek fizetési határidőn belül átutalni, de legkésőbb a rendezvényt megelőző két munkanapig, mert a rendezvényre való bejutás csak ebben az esetben garantált. Visszalépés csak írásban lehetséges. A jelentkezés a regisztráció visszavonását követő 1 munkanapon belül külön költség felszámítása nélkül lemondható. A visszavonás követő 2. munkanaptól a rendezvényt megelőző 21. munkanapig bezárólag történő részvétel-lemondás esetén a részvételi díj 20%-ával, a rendezvényt megelőző 20. munkanapon belüli lemondás esetén a részvételi díj 40%-ával megegyező összegű lemondási díjat számolunk fel. A rendezvényt megelőző 5. munkanapon belüli lemondás esetén a költségviselő a teljes részvételi díjat köteles megtéríteni. A rendezvényről a résztvevő sem audio, sem videó felvételt nem készíthet, online rendezvényt nem rögzíthet. Amennyiben további információra lenne szüksége ügyfélszolgálatunk (+36 70 419 8627) készséggel áll rendelkezésére.

VAN MÉG KÉRDÉSE?

Ügyfélkapcsolat: Novák Árpád 06-70/312-5710
 Koncepció: Lukácsi Ágnes 06-70/703-54-65