

ZVLÁDÁNÍ KONFLIKTŮ

podle nenásilné komunikace

INTERAKTIVNÍ SEMINÁŘ, díky kterému získáte jasno v tom, jak vám může používání nenásilné komunikace změnit průběh i výsledek náročných, konfliktních situací.

ÚVOD DO VÝCVIKU Mediace pro život - zručnosti a dovednosti nenásilné komunikace v běžném i profesním životě.

AKREDITACE MŠMT I MPSV.



Prostor 8, Šmilovského 8, Praha 2 – Vinohrady 1.-2. října 2018

Lektorka: Mgr. Ivana Horáková (Gentle space, Mediace pro život)



CO SE NAUČÍTE?

“Jaká kvalita života je ve mně právě teď?”

- * poznáte základní principy nenásilné komunikace a budete umět pojmenovat a využívat její **základní strukturu** (pozorování, pocity, potřeby a prosba)
- * tuto strukturu se naučíte využívat pro sebevyjádření i empatii a porozumíte jejímu použití v konfliktní situaci a roli mediátora
- * rozšíříte svůj slovník pocitů a potřeb
- * dokážete se lépe napojit na sebe, své pocity a potřeby
- * naučíte se rozlišovat mezi prosbou a příkazem, strategiemi a potřebami, pozorováním a hodnocením, myšlenkami a pocity
- * pochopíte pojem empatie v nenásilné komunikaci a její jednotlivé podoby
- * procvičíte empatické naslouchání a budete rozpoznávat pocity a odhadovat potřeby partnera v komunikaci
- * dokážete se lépe napojit na sebe, na druhého a na účastníky konfliktu
- * porozumíte roli/pozici/úkolům mediátora v konfliktní situaci
- * nabyté dovednosti budete moci použít pro efektivnější zvládnání konfliktní situace

KOMU JE SEMINÁŘ URČEN?

“Jak my dva vyřešíme tohle dilema?”

Seminář je určen všem, kteří se chtějí dozvědět víc o tom, jak řešit konflikty nenásilnou cestou, chtějí se naučit základní principy a posílit konkrétní dovednosti nezbytné pro úspěšné řešení konfliktů - empatii, sebevyjádření a propojování.

- * pedagogičtí pracovníci
- * sociální pracovníci
- * manažeři
- * rodiče
- * partneři
- * ...

JAK SEMINÁŘ PROBÍHÁ?

“Byl bys ochotný mi zopakovat, co jsi mě slyšel říkat?”

Seminář je dvoudenní. Každý den je zaměřen na specifické téma empatie, sebevyjádření a umění spojování rozdílů/mediaci podle nenásilné komunikace.

Seminář je interaktivní a vyžaduje aktivní zapojení účastníků.

Velikost skupiny je max. 16 účastníků. Po absolvování semináře obdržíte certifikát.

Účastníkům nezajišťujeme ubytování.

CENA

“Když říkáš, že ..., znamená to, že...?”

- * 5.200 Kč/jednotlivec
- * 8.000 Kč/pár
- * 3.500 Kč/student, rodič na RD

