

◆ Záujmy v konflikte

Klimatizácia zapnutá alebo vypnutá? Ako veľmi si máme upratať svoje pracovné miesta? Kto nakladá a vykladá umývačku so spoločným riadom? Ako si rozdelíme prácu na projekte tak, aby sme stíhali aj ostatné svoje povinnosti?

Aj keď sa to nezdá - náš každodenný život v práci je plný malých (alebo aj väčších) konfliktov a treníc. Niektoré z nich vieme vyriešiť mávnutím ruky. Iné nás trápia, ale sa do nich nepúšťame, lebo nechceme spustiť lavínu, ktorá by nás mohla zasypať. A o niektorých si myslíme, že sú vyriešené, až kým sa opäť neobjavia na stole...

Pre budovanie a upevňovanie vzťahov v práci je dôležité vedieť, ako konštruktívne riešiť konflikty.



Tatiana Cárová

OPIS WORKSHOPU:

Tento workshop nadväzuje na workshop "Ako si v práci ísť (aj) svoje". Pomôže vám zistiť, ako si svoje vaše vlastné očakávania a potreby plniť aj v kontexte konfliktu. Naučíte sa, ako sa môžete o napĺňanie svojich potrieb postarať, aj keď navonok kolidujú s potrebami niekoho iného. Získate tipy, ako riešiť konflikty stratégiou WIN:WIN, ktorá je najudržateľnejším spôsobom riešenia konfliktov v záujme zachovania dobrých vzťahov na pracovisku.

S ČÍM ODÍDE ÚČASTNÍK:

- uvedomí si, ako reaguje v konfliktnej situácii
- zistí, aký je rozdiel medzi win:win riešením a inými stratégiami
- dostane tipy, ako v konfliktoch hľadať WIN:WIN riešenia, ktoré napomáhajú spolupráci a udržiavaniu dobrých vzťahov

ČO ZÍSKA FIRMA/ TÍM:

- posilnenie vzťahov cez lepšie porozumenie sebe a ostatným
- posilnenie vzájomného porozumenia, dôvery a ochoty spolupracovať v tíme
- základy pre efektívnu komunikáciu a dosahovanie win:win riešení v menších aj zásadných konfliktoch

PODMIENKY:

3+



Workshop trvá 3 hodiny, aby účastníkom zaručil ucelený vzdelávací cyklus, v ktorom môžu získať nové postoje, poznatky a zručnosti

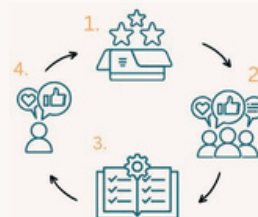
Workshop je interaktívny, a preto vhodný pre skupiny s maximálnym počtom do 12 ľudí



Cena workshopu je 50€ na účastníka. Priestory a občerstvenie nie sú zarátané v cene.

PRIEBEH WORKSHOPU:

- 1) zážitková aktivita,
- 2) reflexia zážitku
- 3) prepojenie aktivity so širším kontextom, situáciami v práci
- 4) aplikácia do praxe - učenie sa nových zručností, plánovanie ďalšieho rozvoja



VIAC K TÉME WORKSHOPU:

Vždy, keď dáme viac ľudí dokopy - vzniká potenciál pre konflikt.

Je to dané tým, že všetci máme svoje ľudské potreby, ktoré si chceme naplňať. Niekedy zvolíme k ich plneniu také stratégie, ktoré kolidujú s očakávaniami a stratégiami iných ľudí.

V týchto situáciách je veľmi dôležité sa konfliktu nezľaknúť a brať ho ako príležitosť na:

- lepšie spoznanie seba, svojich potrieb a hraníc
- lepšie spoznanie kolegov a ich potrieb a hraníc
- lepšie porozumenie a zladenie sa
- hľadanie alternatívnych stratégií pre WIN:WIN riešenie

Dokonca, aj v nás samotných vznikajú konflikty, keď napríklad nevieme, čomu sa skôr venovať, prípadne ktoré riešenie v ktorej situácii uprednostniť. Vtedy je tiež prospešné sa konfliktu nevyhýbať, ale využiť ho na:

- lepšie spoznanie seba, svojich priorít a preferencií
- posilnenie svojho sebavedomia a jasnosti v komunikácii voči druhým
- hľadanie stratégií, s ktorými budeme vo výsledku spokojní a budeme za nimi vedieť pevne stáť

Podľa zakladateľa nenásilnej komunikácie Marshalla M.Rosenberga sú konflikty príležitosťou pre učenie sa a rast.

V kontexte vzťahov v práci sú príležitosťou na vytvorenie porozumenia a ešte lepšej spolupráce, než sme doteraz mali. Samozrejme, ak sa k nim stavíme konštruktívne - v súlade s hlavnými princípmi nenásilnej komunikácie.

Na tomto workshope sa budeme spoločne venovať ich spoznávaniu a tomu, ako vďaka nim:

- **konfliktom lepšie porozumieť**
- **nestratiť v konfliktoch hlavu a nenechať sa prevalcovať emóciami**
- **hľadať win:win riešenia**