

Projektas „Verbiškių krašto žmonių švietėjiškos pažintinės veiklos stiprinimas“

Nr. LEADER-11-MOLĖTAI-02-015

KONFLIKTŲ SPRENDIMAS IR EMOCINIO INTELEKTO UGDYMAS

Seminaro tema

2013 m. vasario 10 d.

Darbotvarkė

9:00 – 10:30 – Konfliktų priežastys. Priežastys, sukeliančios nepasitenkinimą ir didinančios konflikto intensyvumą. Asmeninis konfliktų sprendimo stilius.

10:30 – 10:45 – Kavos pertraukėlė

10:45 – 12:15 – „Sudėtingų“ žmonių „tipai“. Bendravimas ir darbas su „sudėtingais“ žmonėmis.

12:15 – 13:15 – Pietūs

13:15 – 14:45 – Sąvokos: emocinis, dvasinis ir fizinis intelektas.

14:45 – 15:00 – Kavos pertraukėlė

15:00 – 16:30 – Kaip tobulinti EQ? Savo emocijų pažinimas ir valdymas

Kiekvienas mokymų dalyvis:

- Sužinos, kokios yra konflikto priežastys;
- Patirs, koks elgesys konflikto metu yra konstruktyvus, o koks dar labiau gilina konfliktą?
- Išmoks, kaip atsakyti į nemalonias ir netikėtas replikas, prieštaravimus, manipuliaciją?
- Praktikuosis, kaip valdyti savo reakcijas, kūną ir kalbą konflikto metu?
- Sužinos, kaip konstruktyviai išsakyti kritiką, reikalavimus ir norus, kad nekiltų konfliktas?
- Mokysis, kaip tarpininkauti konfliktuose.
- Sužinos, kuo skiriasi protinis, dvasinis ir fizinis intelektai;
- Išmoks atpažinti bei ugdyti savyje bei kituose pozityvias emocijas.
- Suvoks emocijų įtaką veiksams, sėkmei darbe ir asmeniniame gyvenime.
- Išmoks emocijų valdymo metodų sudėtingose situacijose.

Vieta: Verbiškių bendruomenės centras, Liepų g.4, Verbiškės.

Lektorius: Aistė Mažeikienė, verslo praktikė, organizacijų psichologė

Trukmė: 8 val.

Išankstinė registracija: el.p.: vo.verbiskes@gmail.com