

ZAKRES MERYTORYCZNY SZKOLENIA „TRENING ASERTYWNOŚCI, CZYLI JAK EFEKTYWNE BUDOWAĆ RELACJE W ZESPOLE”

Czym jest asertywność?

- Definicje i zasady asertywności.
- Rozróżnianie zachowań asertywnych, między uległością a agresją.
- Dlaczego warto być asertywnym?
- Warunki asertywności – zachowania niewerbalne, słowa klucze, itp.

Komunikacja asertywna w zespole zadaniowym

- Trudne rozmowy w zespole, dlaczego są trudne?
- Komunikat TY a Komunikat JA.
- Różnica między krytykowaniem a konstruktywną krytyką.
- Reagowanie w sytuacji niezrozumiałej lub niesprawiedliwej krytyki.
- Umiejętność mówienia NIE.
- Inne techniki asertywne.

Efektywny zespół zadaniowy.

- Dynamika zespołu,
- Wspólna wizja i cele,
- Rodzaje zachowań w zespole,
- Co decyduje o sukcesie zespołu,
- Relacje między członkami zespołu,
- Czynniki motywujące i demotywujące pracowników,
- Bariery efektywnej współpracy.