



Taller online: Gestió de conflictes interpersonals

Descripció del servei

Els conflictes interpersonals formen part del nostre dia a dia. Els diferents interessos i necessitats, la tensió emocional de determinats contextos, i també la simple naturalesa humana, ens porten a situacions delicades que cal saber abordar i resoldre.

Entendre els conflictes com a una oportunitat de millora que cal posar sobre la taula per a enfrontar-se al problema i no a les persones, és una de les claus per a afavorir contextos constructius.

Metodologia

- Explicació dels conceptes clau en l'àmbit teòric. Visualització de power point.
- Exercicis vivencials amb metodologia coaching per prendre consciència sobre els nostres contextos, les nostres dianes, i les converses i decisions pendents.
- Exercicis entre sessions.
- Debats en grup.

Objectius

L'objectiu general de l'acció és donar eines per a l'abordatge i la resolució de conflictes interpersonals, tant a la feina com en l'àmbit personal.

Continguts

1. **Aspectes bàsics per a evitar i/o minimitzar l'aparició de conflictes en els grups.**
2. **El concepte de satisfacció:** percepció i expectatives.
3. **Els equips de treball:** rols – etiquetes – interacció.
4. **La comunicació assertiva:** determinació – respecte per les diferències –parlar des del “jo”– crítica constructiva.
5. **Eines per a l'abordatge i la gestió dels conflictes interpersonals:** descripció – objectius – interlocutors – estratègies d'abordatge.
6. **Casos pràctics.**

Informació i reserves:

- **Modalitat de la formació:** online en directe i amb interacció amb àudio i vídeo.
- **Idioma de la formació:** català
- **Durada:** 4,5 hores
- **Dates:** dimecres 22, divendres 24 i dimecres 29 d'abril.
- **Horari:** de 12 a 13,30h
- **Assistents:** mínim 6 i màxim 15 persones.
- **Preu:** 75€ IVA INCLÒS – (pagament anticipat per transferència bancària)
- **Reserva la teva plaça a:** info@gemmaprats.cat – 658692584