

POZITYVUS BENDRAVIMAS - KELIAS Į SĖKMĘ



MOKYMAI



8 ak. val.



Mokymus veda:
Agata Katkokienė

Trumpa anotacija: Darbe žmonės dažnai patenka į situacijas, kuriose yra svarbu gebėti konstruktyviai reikšti savo lūkesčius, norus, jausmus, įtvirtinti ar apginti savo teises, pareikalauti, pasakyti „ne“, gauti kitų paramą, tinkamai pasakyti ar išklausti kritiką ir t.t. Tokiose situacijose žmonės dažniausiai nemoka tinkamai elgtis. Jie nusileidžia, pasiduoda, vykdo nepriimtinius reikalavimus ir pan. arba bet kokia kaina stengiasi pasiekti savo tikslus, įrodyti savo tiesą, ignoruoja, kaltina kitus, „puola“. Subalansuoto elgesio ir pozityvaus bendravimo pagrindas yra aukštas savęs vertinimas ir leidimas sau rūpintis savimi bei tenkinti savo poreikius, besivadovaujant principu - „aš tiek pat vertingas kaip kiti“, pripažįstant bei padrąsinant kitų žmonių teisę elgtis taip pat. Subalansuotas elgesys padeda išlaikyti darną su savimi ir kitais, sukurti pagarbą ir pasitikėjimą grįstus tarpusavio santykius, nes asmuo sąžiningai ir tiesiai sako, ką jis galvoja, jaučia ar ko nori. **Mokymų tikslas** - lavinti gebėjimą taikyti bendruosius ir specifinius pozityvaus bendravimo metodus įvairiose darbo situacijose. Baigę šiuos mokymus dalyviai gebės gauti darbo kolegų, draugų, šeimos narių ir kitų pažįstamų pagalbą darbe ir kitose gyvenimo situacijose; demonstruos atkaklumą ir atsparumą nesėkmėms įvairiose veiklos ir bendravimo situacijose darbo vietoje.

Daugiau informacijos el. paštu kursai@mruni.eu