



Bez hádek a bez konfliktů: Jak v práci vycházet bez konfliktů s lidmi, kteří vám lezou na nervy, chovají se neurvale a prosazují se za každou cenu

Na objednávku - Pracovní efektivita a sebemotivace

Kolega si zouvá pod stolem boty a "voní" až k vám...
Něco mu vysvětlujete a on začne najednou telefonovat...
Kolegyně sice slíbila, že to udělá, ale teď to za ni musíte dodělávat vy...
Hned vedle vás jí to svoje aromatické jídlo a ještě u toho mlaská...
Zase na ně musíte čekat a ještě jsou drzí...

No, nezabili byste je?

Někteří kolegové vás tím schválně popichují.
Jiní vůbec nechápou, že by jejich chování mohlo někomu vadit.
A další se začnou hádat, že ten jejich způsob je přece jediný správný.

Vy s nimi ale musíte pracovat každý den.

A abychom vám to usnadnili, pro vaši obranu jsme připravili speciální tréninkový seminář "Bez hádek a bez konfliktů: Jak v práci vycházet bez konfliktů s lidmi, kteří vám lezou na nervy, chovají se neurvale a prosazují se za každou cenu".

Jak vám tento seminář pomůže v každodenní praxi

Na semináři se dozvíte...

Jak se v konfliktu projevuje naše vlastní osobnost

- Kolik konfliktů způsobujeme my sami... a proč si to přiznat hned na začátku
- Jak rychle poznat svůj vlastní osobnostní profil a sklony ke konfliktním situacím
- Jak se projevuje naše osobní jedinečnost a jaké máme silné a slabé stránky
- Jak velká je vaše schopnost řešit konflikty přirozenou cestou
- TEST: Jaký volíte způsob řešení konfliktu

Proč jsou lidé "předvídatelní" a jak se na konflikty připravit

- Jak se naučit "číst" z chování, výrazů, postoje, gest a dalších projevů ostatních
- Jaký typ konfliktu očekávat u různých typů lidí
- Jak jednat s agresivním nebo rozčileným člověkem

- Jaké komunikační zlovyky nám nejčastěji komplikují komunikaci

Jak se během konfliktu projevují emoce

- Jak se v konfliktu projevují pozitivní a negativní emoce
- Jak pracovat s emocemi v náročných životních situacích
- Jak vzniká "špatná nálada" a jak se jí rychle a účinně zbavit
- Jaké argumenty použít proti hněvu a lidské zuřivosti
- Kdy je hněv užitečný a kdy jej naopak ovládat

Jak při konfliktu reagovat... a situaci zvládnout

- Jaké máte po vzniku konfliktu možnosti a jak si mezi nimi vybrat
- Co je to "psychologická mlha" a jak na ni reagovat
- Jak při řešení konfliktu využít asertivních dovedností
- TEST: Jaká je vaše míra asertivity

Co jsou "nátlakové taktiky" a jak se jim bránit

- Jak rozpoznat, že s vámi někdo manipuluje
- Jak reagovat na "úder pod pás"
- Kdy je lepší mlčet nebo použít tzv. "slušnou" techniku
- Jak reagovat na urážky a ponižování
- Jak funguje metoda "win/win"

Jak sdělovat kritiku ...a reagovat na ni

- Jak vyjádřit kritiku, aniž by se druhá strana urazila
- Jak sdělovat a projednávat nepříjemné osobní záležitosti
- Jak asertivně reagovat na (ne)oprávněnou kritiku
- Jak dosáhnout konstruktivního řešení situace

Komu tento seminář nejvíce pomůže

Tento seminář není určen jen manažerům, ale všem pracovníkům ve vaší firmě, kteří při své práci jednají s kolegy, zákazníky a dodavateli. Absolvování tohoto semináře vám pomůže získat jistotu, že se nenecháte vtáhnout do konfliktní situace... a pokud ano, budete vědět, jak ji vyřešit, aby to nepoškodilo vaši firmu nebo kariéru.

Chová se tak někdo u vás v práci?

Svačí nad klávesnicí. Hlasitě vedle vás telefonuje, i když se potřebujete soustředit. Na svém místě nechává nepořádek. Schválně pořád otevírá/zavírá okna. S ničím nepomůže a dělá, že práci nevidí. Miluje aromatická jídla. Pořád na něj musíte s něčím čekat. Dělá chyby, které pak za něj musíte napravovat...

Pokud máte ve svém okolí podobné kolegy i vy, nemáte to jednoduché: zažíváte jejich vrtochy každý den. Máte pocit, že to musíte vydržet. Ale s každým dalším setkáním roste napětí. A na první pohled maličkost tak může každodenním opakováním způsobit mezi vámi "nukleární" konflikt.

Na tomto semináři se dozvíte, jak se oprostít od osobních pocitů a vidět vše z perspektivy. Pochopíte, jak otevřít celé téma s druhou stranou. A zjistíte, jak bobtnající konflikt utnout úspěšně hned v zárodku.

Hádají se vaši lidé? Hrozí, že odejdou jinam...

Víte, kolik stojí jedna "rozhádaná" hodina vaši firmu? Stačí vynásobit počet zúčastněných jejich hodinovou mzdou... a překvapivé číslo je na světě. Kolik je to u vás?

Občasné hádky a konflikty jsou sice nevyhnutelné, pokud je ale mezi vašimi lidmi dusno, stojí vás to nejen peníze, ale klesá i pracovní výkonnost: Pracovníci dělají více chyb. Přestávají se do práce těšit. A i ti nejvytrvalejší nakonec odejdou jinam... jen proto, že jste nedokázali vyléčit drobný konflikt, který se ale dále stupňoval.

Na tomto semináři se dozvíte, jak podobné konflikty zavčas odhalit., Uslyšíte, jak podchytit jejich prapůvod a zastavit jejich růst. A poznáte, jak zbytečné hádky a konflikty z vašeho pracoviště provždy vymýtit.

Jak hodnotili absolventi ostatní semináře této lektorky

"Praktická cvičení - trénink, nejen "přednáška". Ing. Roman Zvolský

"Řešení situací, které posluchači zmíní přímo ze života." Zuzana Buroňová

"Nebyla to jen přednáška, ale šlo o aktivní přístup, zajímavě podávané." Věra Cháberová

"Paradoxní problémy kolegů, zjištění, že i ostatní mají problémy, pohled z druhé strany." P. Špirk

"Seminář byl zajímavý: Kontakt se všemi posluchači, příklady z praxe, řešení problémových situací."

Mgr. Stanislava Reithalerová

Objednejte si tento seminář pouze pro vaše pracovníky

Pokud chcete v této oblasti zdokonalit více pracovníků najednou, tento seminář (nebo jemu podobný) můžeme uspořádat i v termínu a místě, které si určíte sami a pouze pro vaše pracovníky. (K dosažení efektivního přínosu stačí pro realizaci semináře již skupina 8 - 12 účastníků.) Zatelefonujte na 585 227 076 nebo napište na namiru@cvc.cz a my pro vaše pracovníky připravíme nezávazný návrh vzdělávacího programu "na míru".

- Typ: [Pracovní efektivita a sebemotivace](#)
- Úroveň: [Nevyžaduje předchozí znalost tématu](#)
- Cena semináře: 2 950 Kč bez DPH

Přihlášení na seminář

Bez hádek a bez konfliktů: Jak v práci vycházet bez konfliktů s lidmi, kteří vám lezou na nervy, chovají se neurvale a prosazují se za každou cenu

+420 585 227 076