

Zapisz się na bezpłatny webinar
z Pauliną Orbitowską-Fernandez

KONFLIKTY I ASERTYWNOŚĆ W ŻYCIU CODZIENNYM I ZAWODOWYM, CZYLI NAWIGOWANIE KONFLIKTAMI Z ODWAGĄ I EMPATIA

21 stycznia o godzinie 12:00

Zapisz się

„Kiedy nie jesteśmy w stanie powiedzieć wyraźnie, czego potrzebujemy, a umiemy jedynie krytykować innych, pojawiają się konflikty: werbalne, psychiczne i zbrojne. Opisywana przeze mnie metoda rozwiązywania konfliktów wymaga nie tylko umiejętności wyrażania swoich potrzeb, ale także zdolności rozpoznania cudzych potrzeb, bez względu na sposób ich komunikowania.” Marshall B. Rosenberg

Dla wielu z nas doświadczenia, które mamy z konfliktami, zarówno z naszego życia osobistego, jak i zawodowego powodują, że wolimy ich unikać lub nawet udawać, że ich nie ma. Jednocześnie, to właśnie dzięki nim możemy docierać do zupełnie nowych i kreatywnych rozwiązań, które wzbogacają nasze życie. Konflikty bowiem są naturalną częścią życia i warto uczyć się, jak nimi nawigować z odwagą i empatią.

PROGRAM WEBINARU

- 1 Konflikt: zaproszenie do kontaktu w domu i w pracy
- 2 „Piękne” potrzeby pod “trudnymi” komunikatami i zachowaniami
- 3 Parafrazowanie i docieranie do sedna
- 4 Kreowanie rozwiązań typu win-win
- 5 Adresowanie różnic z szacunkiem
- 6 Podsumowanie i sesja Q&A

Czas trwania bezpłatnego webinaru: 60 minut

Zapisz się webinar



Trenerka

Paulina Orbitowska-Fernandez. Wspiera liderki i liderów, osoby z zespołów oraz klientów indywidualnych w rozwoju kompetencji, takich jak: empatyczna komunikacja, aktywne słuchanie, rezyliencja, inkluzywność.

Współtworzy program „Od lęku do zaufania”, mającego na celu budowanie kultury organizacyjnej opartej na szacunku, zaufaniu i bezpieczeństwie psychicznym.

Pracuje jako coach, certyfikowana trenerka NVC oraz eduScrum, mediatorka, facylitorka Systemowej Transformacji poprzez NVC oraz neurobiologię interpersonalną, certyfikowana praktyczka Resonant Healing (podejścia rozwijającego rezyliencję), do 2022 nauczycielka akademicka z zakresu komunikacji międzykulturowej oraz analityczka MindSonar.

Współtworzy zespół Empathic Way Europe oraz bezpłatną akcję #WidzęCzłowieka i Maraton Empatii.

ZOBACZ, CO JESZCZE DLA CIEBIE PRZYGOTOWALIŚMY:



Jesteś menedżerem/menadżerką?

Jeśli szukasz miejsca, w którym możesz podzielić się swoimi doświadczeniami, otrzymać wsparcie i znaleźć ciekawe inspiracje dotyczące praktyk kierowania zespołem i motywowania go, dołącz do specjalnej grupy na Facebooku: **"Strefa Managera"**!

DOŁĄCZ DO NAS