

Komunikacja w zespole

Program szkolenia 2-dniowego



Forma szkolenia

Podczas tego szkolenia skupiamy się na rozwoju kompetencji interpersonalnych poprzez praktycznie warsztaty. Jest to czas na głębsze poznanie siebie dzięki indywidualnym ćwiczeniom, a także wzmocnienie relacji ze współpracownikami pracując w grupach, wspólnie rozwiązując zadania i tworząc projekty. Nie zabraknie też wymiany doświadczeń i refleksji. Propozycja programu znajduje się poniżej.

Zagadnienia poruszane na szkoleniu



Holistyczne ujęcie komunikacji

- ✓ Komunikacja jako interakcja i relacja – rozumienie komunikacji jako procesu głębszego niż wymiana informacji
- ✓ Komunikacja efektywna vs. Nieefektywna – jasność, spójność i precyzja oraz dostosowanie przekazu do odbiorcy
- ✓ Model komunikacji i jej mechanizmy
- ✓ Komunikacja niewerbalna: znaczenie mimiki, gestów i tonu głosu dla interpretacji przekazu



Komunikacja w zespole w oparciu o Kolorystyczne Typy Osobowości

- ✓ Odkrycie swojego naturalnego stylu komunikacji – poznanie cech dominujących i uzupełniających
- ✓ Praktyczne rozpoznanie typu osobowości rozmówcy: charakterystyczne wypowiedzi i wiadomości tekstowe dla każdego typu kolorystycznego
- ✓ Zalety i wady wynikające z każdego z 4 stylów komunikacji

- ✓ Moc Teamu – uzupełnianie siebie nawzajem
-



Jak komunikować się w zespole podczas trudnych sytuacji?

- ✓ Otwarta postawa i umiejętność przyjmowania innych perspektyw
 - ✓ Nauka uważnego, empatycznego słuchania
 - ✓ Konstrukttywne sposoby rozwiązywania konfliktów
 - ✓ Obserwacja bez osądzania – umiejętne rozróżnianie oceny od obserwacji
 - ✓ Asertywna postawa, czyli odpowiednia argumentacja swojego stanowiska
-



Budowanie zaufania i współpracy w zespole, dziale lub organizacji

- ✓ Elementy budowania zaufania w relacjach między pracownikami
- ✓ Tworzenie klarownych celów i oczekiwań, czyli otwarta komunikacja i dbałość o wzajemne zrozumienie
- ✓ Techniki wzmacniające współpracę niezbędne do osiągnięcia wspólnych celów
- ✓ Wspólna odpowiedzialność – nacisk na zaangażowanie w zadania zespołowe, umiejętny podział zadań i obowiązków