

Työkaluja konfliktin kohtaamiseen

Kuvaus: Koulutuksessa lisätään ymmärrystä konflikteista ja löydetään työkaluja konfliktien kohtaamiseen. Pyritään omien ajattelumallien kehittämiseen ja johtamaan itseä konfliktin osana.

Kohderyhmä: Henkilöt, jotka käsittelevät työyhteisön ristiriitatilanteita sekä kaikki kiinnostuneet. Koulutus soveltuu niin esimiehille, henkilöstöedustajille kuin hr-henkilöillekin.

Kurssin tavoite: Koulutuksen tarkoituksena on lisätä ymmärrystä ja löytää työkaluja konfliktien kohtaamiseen. Pyritään omien ajattelumallien kehittämiseen sekä siihen, miten johtaa itseä, kun on osa konfliktia. Perehdytään konfliktien dynamiikkaan ja niiden hallitsemiseen muun muassa vuorovaikutuksen ja sovittelun keinoin. Harjoitellaan kuuntelua ja eri hallintakeinojen käyttöä.

Sisältö:

1. jakso

Konfliktien dynamiikkaa
Defenssit konfliktitilanteissa
Konfliktin ratkaisutapoja
Voimaannuttava sovittelu
Kuuntelu ja ratkaisukeskeisyys
Sovittelun merkitys yksilölle ja työyhteisölle

2. jakso

Tunnetaitoja ja tarvepuhetta
Empaattinen kohtaaminen
Minätilojen vaikutus
NVC (Nonviolent communication), väkivallaton vuorovaikutus

3. jakso

Ahdistuksen ja tunteiden käsittely
Itsensä johtaminen konfliktitilanteissa
Vertaistuesta ja verkostoitumisesta vahvuutta
Miten tästä eteenpäin? Harjoituksia