

WARSZTATY DLA LIDERÓW BIZNESU / ZESPOŁU: KOMUNIKACJA OPARTA O DOBRE RELACJE, JAK O NIĄ ZADBAĆ?



ORGANIZATOR:
**Hospicjum Pomorze Dzieciom,
prowadzące Holistyczne Centrum Wsparcia
po Stracie eMOCja**

TRENERZY:
**EWA LIEGMAN,
DR ANNA HILDEBRANDT- MROZEK**

CZAS:
**2 DNI SZKOLENIOWE,
Z OPCJĄ 1 DNIA**

Cel:



Dostarczenie wiedzy na temat

pozytywnej komunikacji, która opiera się o dobre relacje i więzi. Dostarczenie narzędzi do skutecznego identyfikowania stylów komunikacyjnych. Wskazanie, na czym polegają podstawowe błędy w komunikacji, gdy opieramy się o nasze utarte schematy myślenia. Określenie obszarów w komunikacji, na które mamy realnie wpływ. Dostarczenie narzędzi budowania dobrych relacji z poszanowaniem wspólnych wartości. Skuteczne wykorzystanie dorobku psychologii pozytywnej w budowaniu relacji i komunikacji w zespole.

Program:

DZIEŃ 1

BLOK I - Komunikacja oparta o dobre relacje – na czym polega?

- Dobre relacje, czyli co?
- Pozytywność w relacji i komunikacji.
- Intencje i wartości osobiste i zespołowe – jaki jest ich praktyczny wymiar w codziennej komunikacji?
 - Obszary, na które mamy wpływ i obszary, na które nie mamy wpływu w relacji i komunikacji.

BLOK II – Model P.E.R.M.A. – jak go wykorzystać w relacji i komunikacji?

- Pozytywne emocje – co je uruchamia, a co je blokuje?
 - Rola zaangażowania i słuchania – praktyczne wskazówki.
 - Relacje w zespole – na ile się znamy i jak to wpływa na sposób komunikacji?
 - Cel – dokąd zmierzamy w relacji i komunikacji? Rola identyfikacji i wspólnej tożsamości.
 - Osiągnięcia osobiste i zespołowe – jak wzmacniają relacje i komunikację?

BLOK III - Wpływ osobistych przekonań na styl komunikacji z drugim człowiekiem

- Osobiste przekonania – w jaki sposób widzę świat i innych ludzi?
 - Rozpoznawanie myśli wywołujących niepokój i stres – jak nad nimi zapanować?
 - Style komunikacji – plusy i minusy.
 - Co blokuje dobrą komunikację?
 - „Bрудna 12” w relacji i komunikacji.
- Słowa, które rujną komunikację. Słowa, które budują relacje.
- Jak pracować nad zmianą przekonań?

DZIEŃ 2

BLOK IV – Empatyczna komunikacja – dlaczego tak ważna?

- Rola empatii w komunikacji zespołowej.
 - Język empatii.
 - Empatyczna prośba o informację zwrotną.
 - Empatyczny odbiór komunikatów.
 - Słuchanie potrzeb i uczuć własnych oraz cudzych.
 - Rozładowywanie napiętych sytuacji dzięki empatii.
 - Empatia wobec odmowy.
 - Empatia wobec milczenia.
 - Empatia w konflikcie – jak ją wykorzystać?
 - Empatyczne wyrażanie i przyjmowanie uznania.

BLOK V - Na co się umawiamy?

- Wnioski dla zespołu płynące z pracy warsztatowej.
 - Umiejętność udzielania konstruktywnych informacji zwrotnych.
 - Codzienne praktykowanie pozytywnej komunikacji.

PRACA Z REFLEKSJĄ OSOBISTĄ

Trenerzy:

Ewa Liegman

Prezes zarządu Hospicjum Pomorze Dzieciom, Hospicjum Perinatalnego Tulipani i eMOCji Holistycznego Centrum Wsparcia po Stracie. Specjalizuje się w projektowaniu modeli ciągłości opieki w warunkach domowych, systemu wsparcia pomiędzy szpitalami, POZ i hospicjami oraz w edukacji medyków w zakresie radzenia sobie z dylematami związanymi ze śmiercią i stratą, pisarka, organizator i twórca licznych programów edukacyjnych dot. m.in. budowania odporności psychicznej, przygotowania do kryzysów, w końcu do śmierci, żałoby dla medyków, więźniów, menedżerów, zespołów firm, nauczycieli, uczniów i studentów.



Anna Hildebrandt-Mrozek

doktor nauk ekonomicznych, właścicielka firmy szkoleniowej MOVUS MOVE. Doświadczona edukatorka, coach, trener i doradca nauczycieli, dyrektorów, rodziców, pracowników, badaczka łącząca ekonomię, socjologię, filozofię z psychologią pozytywną w praktyce.

Certyfikowany trener zawodowy Career Direct®. Członkini Polskiego Towarzystwa Psychologii Pozytywnej i zespołu naukowego w granice „Science & Society – Bilateral Initiative in Social Sciences, Arts & Humanities” oraz pierwszego w Polsce badania dobrostanu nauczycieli we współpracy z Uniwersytetem Jagiellońskim: DOBROstan nauczycieli.

Inicjatorka Ogólnopolskiego Tygodnia Szczęścia w Szkole i projektu „Szczęście w szkole: inspiracje -badania-praktyki”. Autorka ponad 100 publikacji w dziedzinie dobrostanu, edukacji i rynku pracy, w tym książek: „Koniec z pracą?”, „Pasja życia – życie z pasją. Rodzicielstwo” (2019) oraz współautorka „Podręcznika o dobrym życiu – prostych ćwiczeń wzmacniających dobrostan w szkole” (2025) wydanego przez Uniwersytet SWPS.



Współpraca



Kontakt

telefon

+48 588 855 111

mail

hospicjum@pomorzedzieciom.pl

adres

ul.Ugory 9, 80-663 Gdańsk

