



Od konfliktu do rozmowy

Komunikacja transformatywna w praktyce

Opcja 1 (zdalnie): 6.05, 13.05, 20.05 i 27.05.2024 godz. 17:00 – 20:00 lub
Opcja 2 (stacjonarnie w Gdańsku): 17.05 i 31.05.2024 godz. 9:00 – 17:00

Wprowadzenie

Konflikt ma przede wszystkim wymiar relacyjny, związany z tym jak ludzie komunikują i odnoszą się do siebie. Sytuacje sporne, istotne różnice zdań potrafią zachwiać naszymi przekonaniami, zdolnością do oceny sytuacji i pewnością dokonywanych wyborów. Czujemy się niespokojni i trudniej nam jasno myśleć. Jednocześnie zmniejsza się nasza skłonność do rozumienia i rozważania innego punktu widzenia. W rezultacie stajemy się defensywni, zamknięci i podejmujemy decyzje bez uwzględnienia ważnych informacji i wyjścia poza podstawowe odruchy. Kiedy próbujemy poradzić sobie z konfliktem będąc w stanie słabości i skupienia na sobie, najczęściej komunikacja staje się destrukcyjna i uniemożliwia podejmowanie sensownych decyzji.

Jednak pomimo destabilizującego wpływu konfliktu, ludzie mają naturalną zdolność i motywację do odzyskania wewnętrznej mocy i sprawczości (proces wzmacniania) oraz do otwartości i wrażliwości na drugą osobę (proces poznawania). Jest to bazą do poprawy jakości komunikacji, co tworzy pozytywne sprzężenie zwrotne i cała interakcja może ulec odnowie i nabrać konstruktywnego, łączącego i humanizującego charakteru. Wtedy zmienia się sposób w jaki ludzie angażują się w konflikt, jak omawiają i negocjują sprawy. Odzyskują poczucie własnej mocy i chęć wzajemnego zrozumienia, co pozwala zmierzyć się z sytuacją konfliktu w sposób konstruktywny.

Szkolenie

Szkolenie ma charakter interaktywny, integruje teorię i praktykę za pomocą ćwiczeń, symulacji, analizy filmów i własnych doświadczeń oraz rozmowy w grupie i indywidualnej refleksji. Nauka jest wspierana przez materiały wideo udostępniane przed spotkaniami, uczestnicy otrzymują też pisemny materiał szkoleniowy. W przypadku zajęć zdalnych pracujemy z włączonymi kamerkami wideo.

Szkolenie rozwija świadomość i kompetencje w konfliktach i rozmowach na wrażliwe tematy. Porozmawiamy o znaczeniu różnych poziomów komunikacji i dlaczego konflikt rozgrywa się często pod powierzchnią spraw, transakcji i rozwiązań. Przyjrzymy się wzorcom destrukcyjnej i konstruktywnej interakcji, temu jak reagujemy i doświadczamy konfliktu oraz poszukamy odpowiedzi jak działać bardziej intencjonalnie i w zgodzie z tym co dla nas ważne i wartościowe. Poćwiczymy umiejętności komunikacyjne i omówimy różne sposoby konstruktywnego zaangażowania w konflikt, bez względu czy z członkiem rodziny, współpracownikiem czy członkiem społeczności. Zakres tematyczny:

- Fundamenty modelu: światopogląd relacyjny i transformatywna teoria konfliktu
- Analiza konfliktów na bazie własnych doświadczeń
- Emocje, reakcje ciała i wyzwalacze
- Wzmocnienie i poznanie jako źródło konstruktywnych zachowań w konflikcie
- Wewnętrzny kompas, integralność i sposoby skutecznego działania w konflikcie
- Ćwiczenie umiejętności komunikacyjnych
- Ćwiczenie konfliktowych rozmów

Prowadzący

Łukasz Kwiatkowski współpracuje z międzynarodową siecią praktyków skupionych wokół Institute for the Study of Conflict Transformation. Uzyskał tytuł Certified Transformative Mediator™, jest autoryzowanym trenerem i członkiem zarządu ISCT. Prowadzi mediacje, facylitacje, coaching konfliktu oraz szkolenia i warsztaty dla osób indywidualnych, organizacji i mediatorów. Posiada wieloletnie doświadczenie w budowaniu i rozwoju zespołów, zarządzaniu zmianą i konfliktem w organizacji. Zainicjował powstanie Centrum Dialogu i Transformacji Konfliktu z myślą o wsparciu ludzi, rodzin, organizacji i społeczności w konstruktywnym odpowiadaniu na sytuacje konfliktowe. W ramach Stowarzyszenia Pelikan koordynuje projekt włączania głosu dziecka w mediacji rodzinnej.

Honorata Sądel posiada doświadczenie w pracy w sektorze publicznym i prywatnym; z wykształcenia prawnik z wieloletnim doświadczeniem w pracy w obszarze prawa karnego; przez kilka lat tworzyła i zarządzała zespołem pracowników w handlu detalicznym, odpowiadała za rekrutacje, szkolenia i zarządzanie pracą zespołu. Posiada doświadczenie w rozwiązywaniu konfliktów wewnątrz- i zewnątrz-organizacyjnych, organizacji i koordynacji szkoleń oraz warsztatów. Prowadzi podcast o mediacji i komunikacji *Kierunek mediacja*. Współtworzy Centrum Dialogu i Transformacji Konfliktu.

Kwestie organizacyjne

Koszt szkolenia wynosi 400zł dla uczestnika, pozostała część jest dofinansowana przez Narodowy Instytut Wolności z funduszy PROO1A.

Miejsca rezerwowane są w kolejności wpłat, najpóźniej do 20.04.2025. W przypadku rezygnacji po tym terminie zwrot opłaty nie przysługuje, jednak istnieje możliwość wskazania osoby zastępującej. W przypadku odwołania szkolenia przez organizatora zwracana jest pełna wpłacona kwota.

Uczestnictwo w minimum 75% zajęć jest warunkiem uzyskania dyplomu ukończenia szkolenia.

Link do formularza zgłoszeniowego: <https://forms.gle/PVEC6YosJdoXpbrn8>

Kontakt do organizatora:

Honorata Sądel, 502 681 422, honorata.sadel@mediacjatransformatywna.pl

Konto do wpłat:

Stowarzyszenie Pelikan

34 2530 0008 2049 1068 5478 0001

Tytuł przelewu: „Szkolenie od konfliktu do rozmowy”_Imię i Nazwisko

Miejsce szkolenia:

Platforma Zoom lub Stowarzyszenie Pelikan, Gdańsk, ul. Brzozowa 15a (wejście od podwórka)