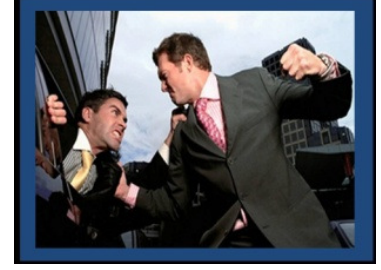


“Zor İnsanlarla Başa Çıkma”

(Handling Difficult People)

Programın Amacı

“Zor İnsanlar” kavramı da son zamanlarda sürekli duyduğumuz kavramlardan bir tanesi. Nedense başkalarını zor olarak tanımlamayı çok seviyoruz ancak, “Kendimiz bu zorluğa ne derece katkıda bulunuyoruz?”u pek düşünmeyiz.



“Zor Durumlar ve Zor İnsanlarla Başa Çıkma” temalı bu eğitimimizde amacımız, insanların esasında ilişkilerini yönetebilme gücüne ve şansına sahip olduklarını uygulamalarla kendilerine gösterebilmek; “Otokontrol” kavramının, zor durumlarla baş etmede duygusal zekanın, empati kurabilmenin, güvenli davranabilmenin bir başka deyişle kendimizi yönetebilmenin çok da zor olmadığını, bunun bir farkındalık ve kararlılık meselesi olduğunu, gerçekten istediği taktirde kişinin iletişim yönetiminde kontrolü ele alabileceğini göstermek.

Eğitimin İçeriği

- ❖ **Çatışma Kavramı**
- ❖ **Çatışmanın Oluşum Adımları**
- ❖ **İnsan ve Davranışı**
- ❖ **İnsan Davranışlarındaki Farkların Kaynakları**
 - ✚ Algı Dünyamız
 - ✚ Paradigmalarımız
 - ✚ İnançlarımız
 - ✚ Değerlerimiz
 - ✚ Çevremiz
- ❖ **Herkesin Ayrı Bir İletişim Tarzı Var!**
 - ✚ Uygulama: İletişim Profilleri Testi
 - ✚ Uygulama: Workshop; Kendimizi Anlatıyoruz...

❖ Çatışma Yönetiminde Duygusal Zeka'nın Rolü

✚ Özbilinç

- Kendini İfade Etme (Davranışımızı seçebilme özgürlüğümüz...)
 - Eğilgen Davranış
 - Saldırgan Davranış
 - Kendini Bilen Davranış
- ✓ Uygulama: Siz Olsaydınız Nasıl Davranırdınız?

✚ Özyönetim

- Özdenetim (Dürtü Kontrolü)
 - Reaktif Kişilik
 - Proaktif Kişilik
- Özgüven
- Stres Yönetimi
 - Stres Yönetiminin 4 Boyutu
 - ✓ Fiziksel
 - ✓ Manevi
 - ✓ Zihinsel
 - ✓ Duygusal

✚ Sosyal Bilinç

- Empati

❖ Benlik Analizi (Transactional Analysis)

✚ Uygulama: Benlik Analizimizi Yapıyoruz...

✚ Uygulama: Farklı Benliklere Yaklaşım

❖ İnsanoğlunun En Büyük Gücü: “Otokontrol”

❖ Değerlendirme Ve Kapanış

Eğitim Süresi: 2 Tam Gündür.