



Тренинг «Коммуникативные навыки эффективного взаимодействия с агрессором»

«Гордыня и агрессия человека происходят из ложного чувства превосходства» Д. Тербер

Категория тренинга: PRO

Количество участников: от 4 до 12 человек

Возраст: от 18 лет

Длительность тренинга: 5 часов

Целевая аудитория: тренинг предназначен для тех, кому сложно противостоять агрессивному давлению в общении.

Методы: диагностические, интерактивные, ролевые игры, дискуссия.

Парадигма: когнитивная

Цель: научиться неагрессивно отвечать на давление и агрессию со стороны другого человека.

Задачи тренинга:

1. Освоение навыков эффективного общения с агрессивно настроенным собеседником.
2. Научиться эффективно и безболезненно общаться с конфликтными личностями.
3. Освоить техники неагрессивного ответа на давление и агрессию.

Ожидаемый результат: участники научатся преодолевать внешние и внутренние барьеры непонимания; использовать приемы установления контакта; выбирать стратегии и тактики ведения переговоров; уменьшить количество ошибок при передаче информации; успешно справляться в работе с проблемными ситуациями, связанными с коммуникациями.

Лицо, агрессивное в общении, заинтересовано только в отстаивании своих взглядов и

идей и не обращает внимания на права и взгляды другого человека. Он хочет «быть наверху» и столкнуть вниз других. Такой тип может говорить покровительственно или с сарказмом, он может высказать презрение или оскорбить. Агрессивному поведению свойственно, что человек поступает, не считаясь с последствиями, при этом причиняя боль другим людям, которые либо защищаются, либо страдают от унижения, страха, обиды и зависимости. Бывали у Вас такие ситуации, когда в общении с агрессором Вы испытывали чувство униженности и оскорбления? Какой был Ваш ответ на агрессию? А может быть просто промолчали? Согласившись со всеми гадостями, Вы не промолвили и слова, в голове крутилось пару фраз которыми можно было прекратить весь этот поток агрессии, но из-за страха и обиды «язык просто не повернулся»? Из-за постоянных неудач в общении накапливается отрицательный эмоциональный заряд – обида, горечь, страх, отчаяние. Нерешенные проблемы и конфликты оседают в подсознании, вызывают подавленное состояние и создают постоянный негативный жизненный фон. Что делать? Как ответить агрессии? Как научиться противостоять давлению со стороны собеседника? Ответы на эти вопросы Вы сможете получить на данном тренинге.

Тренер: Алина Павлюк

Предварительная регистрация по тел.: +38 (093) 570 95 23

[Комментарии >>](#)