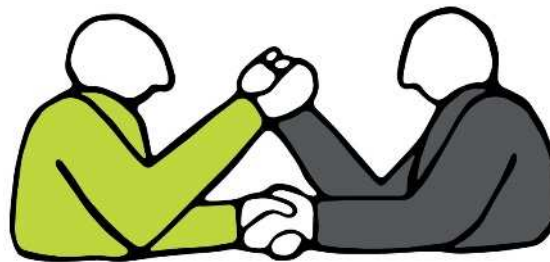




Lider Innowacji i Rozwoju w latach 2011 i 2012  
zaprasza na warsztat pt.:

# Kto się czubi ten się (po)lubi, czyli jak rozwiązywać konflikty



## Kto się czubi ten się (po)lubi

**Czy Państwa środowisko pracy to przestrzeń,  
w której krzyżują się różne osobowości i charaktery?  
Czy spotykają się w nim ludzie dążący do różnych celów?  
Czy różnią się pod względem potrzeb i marzeń?**

**Czy jest Pani/Pan jednym z nich? 😊**

Jeżeli na większość powyższych pytań odpowiedzieli Państwo pozytywnie  
zapraszamy do przeczytania reszty folderu.

Jeżeli na większość pytań odpowiedzieli Państwo negatywnie,  
prosimy o podanie namiarów na agencję klonującą do:



**CreativeMedia, 504 870 500**

**creativemedia**

# Kto się czubi ten się (po)lubi

Konflikt jest integralną częścią procesu działania w grupie.

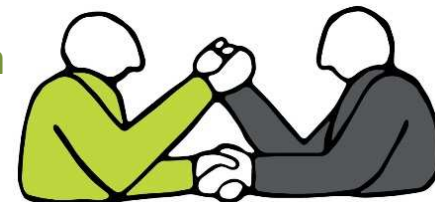
**Konfliktów nie da się unikać.  
Nad konfliktem można panować.**

Aby w optymalny sposób stanąć na wysokości wykonywanego zadania  
potrzebujemy średniego poziomu stresu  
i umiejętności dobrego sterowania konfliktami.

Konfliktowi **zawsze** towarzyszy wymierna fizyczna reakcja

**ZADBAJ O LEKKOŚĆ SWOJEGO BYTU!**

Naucz się działać w konflikcie tak,  
aby doprowadzić do owocnych plonów  
i zachować zdrowie, młodość oraz radość z pracy.



**creativemedia**

# Kto się czubi ten się (po)lubi

Zapraszamy do zapoznania się  
z programem warsztatu 😊

Wszystkie warsztaty prowadzimy metodami aktywnymi,  
sprzyjającymi przyswajaniu wiedzy i przekładania teorii na praktykę!

## **TO SIĘ OPŁACA!**

Ludzie żyjący w konfliktach starzeją się szybciej.  
U mężczyzn jest to zdecydowanie wcześniej widoczne.  
Kobiety przed menopauzą przed niszczącym działaniem stresu  
częściowo chroni estrogen.



**creativemedia**

# Kto się czubi ten się (po)lubi

## Program warsztatu z zakresu rozwiązywania konfliktów

### Rodzaje konfliktów i ich przyczyny

*Konflikt nie jedno ma imię, naucz się Państwo rozpoznawania typów konfliktów, określania stopnia zagrożenia, jakie ze sobą niosą, przypisywania im właściwej wartości oraz dopasowywania odpowiednich metod zaradczych.*

### Typy osobowości i konflikty między nimi, reakcje na konflikt,

*Dlaczego jedni czują do siebie miętę, a inni żyją jak pies z kotem? Dlaczego to, co jest dla nas oczywiste nie jest oczywiste dla innych? Jak najlepiej przedstawić co mamy na myśli i objaśnić swoje stanowisko rozmówcy? Jak bez zbędnych emocji zrozumieć, co inni mają do powiedzenia?*

### Sztuka komunikacji w sytuacjach konfliktowych

*Jak rozwiązać konflikt z pomysłodawcą, emocjonalnym, zadaniowcem, analitykiem, tak, aby obie strony poczuły się usatysfakcjonowane? Jak się zachować, aby ugasić płomień nieporozumienia? Zobacz świat z perspektywy Twojego rozmówcy, spowoduj, aby on zobaczył go z Twojej.*

### **TO SIĘ OPŁACA!**

Życie w długotrwałych konfliktach powoduje obniżenie poziomu hormonu DHEA, który stymuluje naszą psychikę, zdolności intelektualne, popęd płciowy, rozwój kośćca, zapobiega utracie wapnia, zapewnia prawidłowy wzrost tkanki mięśniowej.



**creativemedia**

# Kto się czubi ten się (po)lubi

- 🌿 Techniki wspomagające rozwiązanie konfliktów  
*Diagnoza konfliktu, strategie przełamywania, budowanie komplementarnych relacji między stronami konfliktu i wyciąganie korzyści z sytuacji sporu*
- 🌿 Niewłaściwe zachowania w sytuacjach konfliktowych  
*Dowiedzą się Państwo jak na konflikt wpływają: przekonania, nawyki, oczekiwania, dostosowanie do powszechnych norm, eskalacja zaangażowania, mityczność ograniczonego tortu, zakotwiczenie, przyjmowanie perspektywy, dostępność informacji, przekleństwo zwycięzcy*
- 🌿 Osoba trzecia w konflikcie  
*Metody pogodzenia wielości interesów stron, koordynacja konfliktu i ustalanie reguł decyzyjnych, nadawanie struktury konfliktom grupowym, budowanie koalicji negocjacyjnych. Rola mediatora, arbitra, agenta, menadżera*

## TO SIĘ OPŁACA!

Podczas długotrwałego działania w sytuacji konfliktowej wzrasta poziom kortyzolu, który sprzyja **między innymi**:

- ✘ wzrostowi ciśnienia oraz glukozy i tłuszczu we krwi, co prowadzi do zawału i udaru mózgu
- ✘ rozwojowi osteoporozy,
- ✘ obciążeniu systemu immunologicznego
- ✘ depresji



# Kto się czubi ten się (po)lubi

Dzięki warsztatowi dowiedzą się Państwo jak konflikt:

- ✓ może przyczynić się do **wzrostu motywacji** Państwa i współpracowników
  - ✓ może powodować **wzrost innowacyjności** całego zespołu i sprzyjać jego rozwojowi
- ✓ może przyczynić się do **pogłębienia wiedzy** zarówno na swój temat, jak i na temat partnera konfliktu
- ✓ może przyczynić się do **zwiększenia zaufania** pomiędzy jego uczestnikami i poczucia zrozumienia między nimi
  - ✓ może **zaspokoić pragnienia** wszystkich członków grupy

## TO SIĘ OPŁACA!

Konflikt nie odstępuje nas na krok przez całe życie.

Jego wszechobecność bywa uciążliwa.

Niemniej jednak przyczynia się do postępu, gdyż właśnie dzięki niemu możemy osiągnąć wyższy poziom duchowego i cielesnego rozwoju.

On dodaje pikanterii naszemu życiu.

Niech konflikt działa na Państwa korzyść!



**creativemedia**

# Kto się czubi ten się (po)lubi

Jeżeli nie są Państwo pewni, czy ten warsztat jest dla Państwa?  
Proszę wypełnić poniższy test:

Czy sytuacje konfliktowe wywołują u Pani/Pana zły nastrój, który przenosi się na inne zagadnienia i obowiązki zawodowe oraz osobiste?	TAK	NIE
Czy jeszcze długo po odejściu od osoby, z którą mieli Państwo konflikt rozpamiętują Państwo zaistniałą sytuację (np. co mogli Państwo zrobić, co powiedzieć)?	TAK	NIE
Czy w sytuacji, kiedy w zespole pojawia się konflikt zauważa Pani/Pan „obsadzanie się” współpracowników po jednej ze stron konfliktu?	TAK	NIE
Czy w sytuacji konfliktu Państwa zespół śmiało wyraża swoje zdanie, ale tylko w towarzystwie osoby, po której stronie obstaje, a w stosunku do drugiej frakcji udaje, że nic się nie stało?	TAK	NIE
Czy sformułowania: faza przeczucia, wrogości, kulminacji, wyciszenia w kontekście konfliktu są Państwu dobrze znane?	TAK	NIE

Wyniki testu...



**creativemedia**



# Kto się czubi ten się (po)lubi

...pozostawiamy do Państwa oceny.



**creative**media

# Kto się czubi ten się (po)lubi

## Opinie uczestników o warsztatach:

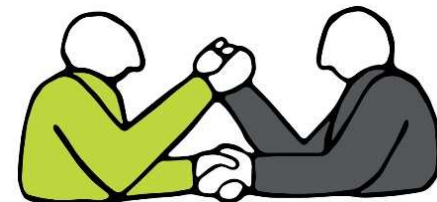
*„Sposób i forma prowadzenia – perfekcyjne,  
ogromna wiedza merytoryczna szkolącego, umiejętność zarażania zaangażowaniem,  
uświadomienie słabych i mocnych stron uczestników”*

*„Duża aktywność, dobra energia prowadzącego, który potrafi wzbudzić zainteresowanie.  
Świetne połączenie wiedzy teoretycznej z praktyką”*

*„Warsztat bardzo efektywny. Trener z dużym doświadczeniem, profesjonalista.  
Godny polecenia”*

*„Bardzo wysoki profesjonalizm trenera;  
świetny sposób prowadzenia zajęć;  
przyjazne nastawienie trenera do uczestników”*

*„Pani trener rewelacyjna! Tak trzymać!”*



**creativemedia**

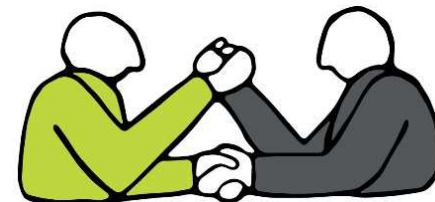
# Kto się czubi ten się (po)lubi

## Niektóre metody, którymi będziemy pracować:

krótkie wykłady tematyczne  
ćwiczenia aktywizujące  
praca zespołowa  
dyskusje  
omówienia trenerskie  
case studies  
symulacje  
analiza przypadków

wystandaryzowane testy  
kwestionariusze  
wywiady  
rozmowy indywidualne  
narzędzia ewaluacyjne  
informacja zwrotna  
gra Story Cubes  
burza mózgów

*Zyskujesz pewność  
przyjęcia jak największe dawki wiedzy  
w praktyce.*



**creativemedia**

# Kto się czubi ten się (po)lubi

Warsztat poprowadzi:

określana przez uczestników człowiekiem renesansu, motywacyjnym mówcą, porywa charyzmą, energią, z pasją odkrywa w ludziach ich potencjał i dobre strony. Każdy z warsztatu wychodzi z ogromem inspiracji, motywacji oraz wiary w siebie i swój sukces.

***Utytułowany właściciel działającej od 2005 roku firmy***

CreativeMedia wizerunek-doradztwo-szkolenia,  
trener biznesu, coach.

doktorantka Instytutu Ekonomicznego Polskiej Akademii Nauk  
w ramach studiów doktoranckich oraz MBA  
(Executive Doctoral Business Administration)

posiada między innymi dyplom SPMP – Project Manager,  
dyplom Instytutu Europeistyki w Warszawie.

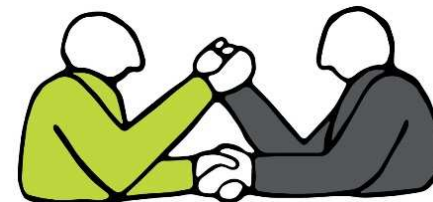
Ostatnie uzyskane nagrody:

Lider Innowacji i Rozwoju  
w latach 2011 i 2012

Ambasadorka Przedsiębiorczości Kobiet 2012

Poznański Lider Przedsiębiorczości 2011

Mikroprzedsiębiorca Roku 2010 w kategorii Senior



**creative**media

# Kto się czubi ten się (po)lubi

Warsztat w godzinach od 9 do 17 (ponad 9h pracy!)  
prowadzone metodami warsztatowymi  
to inwestycja 499 zł brutto

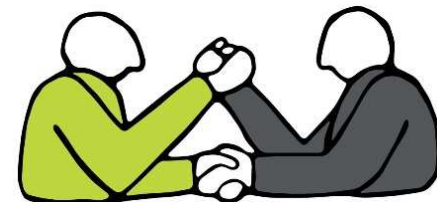
Dla najbardziej aktywnych uczestników **przewidujemy rabaty.**

## **W jaki sposób wykazać się aktywnością?**

Jeżeli zaproszą Państwo swoich współpracowników, partnerów, znajomych,  
rodzinę na warsztat zyskają Państwo RABAT:

W przypadku zgłoszenia się na warsztat osoby zarekomendowanej,  
Państwa inwestycja zmaleje do **450 zł brutto.**

W przypadku zgłoszenia się dwóch osób  
zarekomendowanych  
zyskają Państwo możliwość uczestniczenia  
w warsztacie jedynie za **400 zł brutto.**



**creativemedia**

# Kto się czubi ten się (po)lubi

## Organizacja

Warsztat w godzinach od 9 do 17 (ponad 9h dydaktycznych!)  
w dniu podanym na stronie internetowej

W sali konferencyjne firmy CreativeMedia  
ul. Naramowicka 33A/107 w Poznaniu

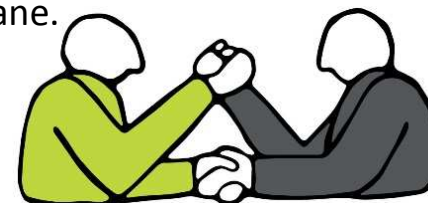
Warunkiem przystąpienia do warsztatu jest dostarczenie osobiste, przesłanie faksem, drogą mailową (skan) lub pocztą własnoręcznie podpisanego formularza zgłoszeniowego oraz dokonanie wpłaty najpóźniej na 10 dni przed planowanym warsztatem.

Minimalna liczba osób - 10.

Maksymalna liczba osób - 15.

W przypadku nie zebrania się grupy wszystkie opłaty będą zwracane.

W przypadku rezygnacji uczestnika z warsztatu na więcej niż 10 dni przed jego terminem zostanie zwróconych 100% kosztów. W przypadku rezygnacji w 10 i dalej dni przed terminem warsztatu koszty uczestnictwa nie będą zwracane.



**creativemedia**

# Kto się czubi ten się (po)lubi

Z chęcią rozwiejemy wszystkie pytania i wątpliwości:

CreativeMedia  
wizerunek-doradztwo-szkolenia  
504 870 500

ul. Naramowicka 33A/107  
61-622 Poznań



**creative**media



creativenedia

*Serdecznie zapraszamy na warsztat!*