

PRZYWÓDZTWO I COACHING

STUDIA PODYPLOMOWE MBA

ZJAZD 7

STAWIANIE GRANIC I ASERTYWNA KOMUNIKACJA LIDERA

1 DZIEŃ

MODUŁ 1

WPROWADZENIE DO TEMATYKI ASERTYWNOŚCI

- Definicja asertywności, wprowadzenie, prawdy i mity o asertywności
- Test strategii wiodących w relacjach interpersonalnych
- Strategie w relacjach interpersonalnych- omówienie, stawianie granic w podejściu asertywnym
- Psychologia asertywności- asertywność w świetle analizy transakcyjnej

MODUŁ 2

ASERTYWNE PRAWA W RELACJACH ZAWODOWYCH

- Asertywne prawa lidera
- Asertywne prawa innych
- Techniki myślenia proasertywnego

MODUŁ 3

TRENING KOMUNIKACJI ASERTYWNEJ MENEDŻERA

- Asertywne stawianie granic i trening wyrażania emocji
- Asertywne odmawianie, społeczne mechanizmy przy odmawianiu
- Reagowanie na krytykę oraz reagowanie na krytykę częściowo słuszną

FORMA ZALICZENIA:

Wykonanie i przesłanie zadania domowego (max 2 strony A-4) w wyznaczonym terminie, obejmujące:

1. Opis 2 sytuacji zawodowych, w których Uczestnik zastosował wiedzę z zakresu asertywnej komunikacji, zdobytą w trakcie tego zjazdu
2. Lista 10 najważniejszych lekcji/wniosków z zakresu asertywności w zarządzaniu, zdobytych w trakcie kursu

REKOMENDACJE:

1. Maria Król-Fijewska, Piotr Fijewski „Asertywność menedżera”
2. Agnieszka Wróbel „Asertywność na co dzień”
3. Dorota Gromnicka „Asertywność w przykładach”
4. Aleksandra Hulewska „Asertywność w ćwiczeniach”
5. Henry Cloud, John Townsend „Sztuka mówienia nie”
6. Jerzy Gut, Wojciech Haman, „Psychologia szefa. Szef to zawód”
7. Mike Clayton „Zarządzanie stresem, czyli jak radzić sobie w trudnych sytuacjach”
8. Antoni Benedikt „Asertywność. Skuteczna komunikacja w biznesie”