



## STROKOVNA USPOSABLJANJA

### UPRAVLJANJE Z NERAZUMEVANJI V ODNOSIH IN OBVLADOVANJE ČUSTEV

-

### MEDIACIJA in KOMUNIKACIJA

#### OSNOVNA DELAVNICA

##### VSEBINA:

MEDIACIJA, MEDIACIJSKI POSTOPEK in KREIRANJE USTVARJALNIH REŠITEV

1. Kaj je mediacija in uporaba mediacije s predstavitvijo konkretnih primerov iz prakse.

Mediacija kot priložnost za osebno rast - posredno in neformalno učenje mehkih veščin v konkretnemu mediacijskemu postopku.

2. Povečanje kreativnega potenciala pri oblikovanju rešitev za boljše medosebne odnose in čuječo komunikacijo.

- metakomunikacija in zavestna komunikacija
- empatično povpraševanje
- poslušanje in slišanje
- validiranje
- normalizacija
- zmožnost sprejemanja in učenja iz kritik
- osnovne značilnosti vlog (dramski trikotnik)
- preokvirjanje

## LOČENA SREČANJA z MEDIATORJEM in SAMO-MOTIVACIJA

1. Pomen in potencial ločnih srečanj.

2. Osebnostni leadership

- prepoznavanje potreb
- samo-refleksija
- osnove čuječnosti
- opazovanje
- samoregulacija
- sprejemanje odločitev
- sočutje
- hvaležnost
- samoiniciativnost
- pomen razvoja različnih vrst inteligenc

**TRAJANJE:** 2x 4 pedagoške ure

## NADALJEVALNA DELAVNICA

**VSEBINA:**

NEFORMALNA MEDIACIJA in MEHKE VEŠČINE

*Edina moč, s katero nas drugi prizadene v komunikaciji, je tista, ki mu jo damo mi.*

1. Neformalna mediacija, osvajanje mediacijskih veščin; razvoj kompetenc in mehkih veščin za novo kulturo konstruktivnega obvladovanja konfliktov, učinkovitejšo komunikacijo in negovanja bolj zavestnih medosebnih odnosov

2. Dvig vitalne energije pri oblikovanju rešitev za boljše medosebne odnose in čuječo komunikacijo.

ODNOSI in KOMUNIKACIJA

1. Čuječa (zavestna) in asertivna komunikacija

2. Osebni prostor in čustvene meje

**TRAJANJE:** od 4 do 8 pedagoških ur

## STROKOVNO UPOSABLJANJE ZAJEMA:

### Interaktivno delo:

- predstavitev teorije
- praktične naloge
- vaje čuječnosti
- samo-refleksija z zapisovanjem
- delo v parih in skupini
- predstavitev primerov iz prakse

PPT učno gradivo z nalogami in vajami za aplikacijo pridobljenega znanja v praksi

## NAČIN IZVEDBE:

- online
- v živo, na vaši ali drugi lokaciji
- v obliki **Intiniti Doživetja** pri lokalnem ponudniku na izbrani destinaciji

## VPRAŠALNIK ZA PRIPRAVO PERSONALIZIRANIH INTINITI PROGRAMOV

Vsebina in dolžina Intiniti strokovnih usposabljanj se vedno **personalizirata** glede na potrebe naročnika in udeležencev. Pri pripravi in izvedbi strokovnih usposabljanja upoštevamo vaše potrebe, želje, specifikke s pomočjo spodaj označenih **kategorij**:

- Namen vašega povpraševanja
- Cilji, ki jih želite doseči
- Ciljna skupina
- Število udeležencev
- Termini izvedbe
- Časovnica (dopoldanski / popoldanski čas; ura)
- Kraj izvajanje programa / online / na Intiniti doživetju

Pripravila: Urška Merljak

Datum: januar 2022