

## Komunikacja w zespole (kod: PM-KOM)

### Opis i cel szkolenia

Dla liderów zespołów, podstawowym zadaniem jest komunikowanie się. Obserwacje ze świata pokazują, że komunikacja zajmuje co najmniej 90% czasu każdego lidera. Komunikacja jest też najważniejszym narzędziem szczególnie, gdy nie mamy nadanej formalnej władzy.

Nasze szkolenie skoncentrowane jest na rozwijaniu umiejętności komunikacyjnych i budowaniu efektywnej współpracy w ramach zespołów. W trakcie zajęć, uczestnicy zdobędą wiedzę i narzędzia niezbędne do skutecznego komunikowania się, budowania zaufania oraz rozwiązywania problemów komunikacyjnych w środowisku zespołowym.

Po ukończeniu szkolenia uczestnicy będą lepiej przygotowani do efektywnej pracy zespołowej dzięki: • poznaniu zasad komunikowania się między ludźmi, • budowaniu początkowych relacji i ich utrzymywania w zespole, • prowadzeniu zrozumiałej wymiany informacji, • prowadzeniu spotkań.

### Czas trwania

2 dni

### Program

1. Planowanie komunikacji
  - przygotowanie świadomej relacji
  - dynamika rozwoju relacji
  - identyfikacja rozmówców – planowanie komunikacji
    - dlaczego chcemy lub musimy się komunikować z tymi osobami?
    - jakie są przyczyny i kontekst planowanej komunikacji
    - po co się komunikujemy?
    - jaki efekt chcemy osiągnąć
    - co chcemy przekazać lub się dowiedzieć, żeby osiągnąć efekt?
    - kto to jest i jakie ma oczekiwania? (identyfikacja potrzeb, rozpoznanie profilu)
  - podstawy harmonijnej relacji
    - wzajemny szacunek
    - równowaga emocji i rozsądku – panowanie i rozumienie emocji
    - wzajemne zrozumienie
    - dobra komunikacja
    - wiarygodność
2. Pierwszy kontakt – pierwsze wrażenie
  - moje przygotowanie i nastawienie
  - efekt halo
  - pierwsze doświadczenie
  - otoczenie i forma ma znaczenie
    - kanały komunikacyjne i zmysły
3. Aktywna relacja
  - budowa relacji
  - pierwszy kontakt
  - pierwsze spotkanie
  - dialog – wymiana informacji
  - dyskusja – od zrozumienia do decyzji
  - zamknięcie i podtrzymywanie relacji

### Zapytaj o szczegóły

tel. 22 63 64 164

akademia@alx.pl

## 4. Aktywna rozmowa

- rozpoczęcie i budowa relacji
- aktywne – świadome mówienie
  - zawartość
  - struktura
  - przekaz
- wypowiedzi, pytania i odpowiedzi
- sztuka zadawania pytań
- wspieranie wypowiedzi
- sztuka prowadzenia i kierunkowania rozmowy
- odniesienia do emocji
  - emocje to też informacja
  - wyrażanie emocji powinno mieć cel
- dowartościowanie
- podtrzymanie relacji na przyszłość
- podsumowanie - wnioski i ocena osiągnięcia celu rozmowy

## 5. Co mówimy a co słyszymy

- aktywne słuchanie
  - kto
  - dlaczego i po co to mówi
  - przekaz nie tylko treści
  - spójność przekazu
- szumy komunikacyjne
  - moje filtry
  - szumy otoczenia
  - czy dobrze zrozumiałem

## 6. Organizacja i prowadzenie spotkań

- różne spotkania różne podejście
- techniki dostosowane do celu i uczestników
- przygotowanie
  - otoczenia
  - uczestników
  - planowanie przebiegu
- prowadzenie
  - role
  - moderowanie rozmów
  - notatki
- zadania po spotkaniu

## Zapytaj o szczegóły

tel. 22 63 64 164

akademia@alx.pl

## Przeznaczenie i wymagania

Szkolenie przeznaczonym dla każdego kto pracuje w projektach lub innych zespołach na dowolnym stanowisku.

## Certyfikaty

Uczestnicy szkolenia otrzymują imienne certyfikaty sygnowane przez ALX.

## Lokalizacje

- Warszawa – ul. Jasna 14/16A
- Zdalnie – zajęcia realizowane poprzez platformę Zoom
- Kraków – ul. św. Filipa 23
- Katowice – ul. Stawowa 10
- Wrocław – ul. Rynek 35

- Gdańsk – ul. Toruńska 12
- Warsaw (English) – Jasna 14/16A
- Online (English) – your home, office or wherever you want
- na życzenie dowolne miejsce w Polsce, lub UE (zajęcia prowadzone w języku angielskim)

## **Cena szkolenia**

1700 PLN netto (VAT 23%)

W cenę szkoleń organizowanych w naszej siedzibie wliczone są:

- autorskie materiały szkoleniowe,
- indywidualne stanowisko komputerowe do pracy podczas zajęć,
- certyfikaty ukończenia szkolenia,
- drobny poczęstunek oraz ciepłe i zimne napoje,
- możliwość jednorazowego kontaktu z instruktorem (instruktorami) po szkoleniu i zadawania pytań dotyczących materiału szkolenia.

Cena szkolenia nie zawiera obiadów. Można je dokupić w cenie 35 zł netto za obiad.

## **Zapytaj o szczegóły**

tel. 22 63 64 164

akademia@alx.pl