



УПРАВЛЕНИЕ КОНФЛИКТОМ

РАБОЧАЯ ТЕТРАДЬ

ОПРЕДЕЛЕНИЕ ЛИЧНОЙ ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ ТЕМЫ

Самостоятельно ответьте на следующие вопросы. Если Вам нужен результат, то отвечайте на вопросы исходя из Вашей личной позиции, не формально.

Как я понимаю, что такое управление конфликтом?

В каких ситуациях необходимы навыки управления конфликтом?

Зачем лично мне нужны навыки управления конфликтом?

ГДЕ Я СЕЙЧАС?

Что будет критериями эффективности развития навыков управления конфликтом?

Что является результатом применения навыков управления конфликтом?

Как я оцениваю у себя развитие навыков управления конфликтом, какие примеры из моего опыта подтверждают мою оценку?

ОБДУМАЙТЕ ПРИМЕРЫ



Опишите своими словами, в чем суть кейса:

Какую позицию демонстрирует героиня в зеленом?

К каким результатам приведет такое поведение героини?

Какие приемы помогают героине справиться с ситуацией?

ОБДУМАЙТЕ ПРИМЕРЫ



Опишите своими словами, в чем суть кейса:

Какую позицию демонстрирует герой слева?

К каким результатам приведет такое поведение героя?

Какие приемы / подходы помогут герою снизить конфликтность поведения в ситуации?

СИСТЕМАТИЗАЦИЯ ОПЫТА ДРУГИХ

Найдите в интернете не менее пяти идей и приемов, которые помогут Вам развивать навыки управления конфликтом. Запишите суть идей и как Вы будете их применять.

СИСТЕМАТИЗАЦИЯ ОПЫТА ДРУГИХ

По итогам анализа жизни трех личностей, которые оказывают влияние на Ваши жизненные цели¹, обдумайте, какую роль навыки управления конфликтом играли в их жизни и достижениях. Какие приемы они использовали? Как Вы можете применить их опыт?

ТЕМАТИЧЕСКИЙ КЕЙС

Опишите недавнюю конфликтную ситуацию в Вашей жизни:

Какую позицию в отношении других участников конфликта Вы заняли:

Запишите и/или зарисуйте схематично правильное решение кейса и его последствия

Запишите и/или зарисуйте схематично ошибочное решение кейса и его последствия

Запишите и/или зарисуйте схематично альтернативно решение и его последствия

ПЕРЕРАБОТКА ОПЫТА

Опишите Ваши собственные проблемные ситуации, в которых Вам необходимы были навыки управления конфликтом и которые не нашли отражения ранее. Какую позицию в этих ситуациях Вы занимали? Какие факторы влияли на Ваше поведение в ситуации, к каким результатам это привело и почему?

ПЕРЕРАБОТКА ОПЫТА

Выпишите инструменты/подходы/приемы, которые помогают управлять конфликтом лично Вам, Вашим друзьям.

Напишите Ваши дополнительные рекомендации по теме, которыми Вам хотелось бы поделиться с друзьями / участниками тренинга по итогам систематизации опыта других людей и источников по теме, предложенных в «Библиотеке», и переработки собственного опыта.

МОЯ ПРОГРАММА РАЗВИТИЯ

Ваша задача - сформировать позицию роста Ваших навыков, продумать движение от Вас сегодняшнего к Вам через полторагода.

ЖЕЛАЕМОЕ СОСТОЯНИЕ (через полтора года)

<i>Внутреннее состояние (личная позиция, идея)</i>	<i>Ситуации успешной реализации НАВЫКОВ</i>

ЦЕЛЕВЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ НАВЫКА (через десять месяцев)

<i>Контролируемые параметры</i>	<i>Успешные практики</i>

ПЕРВООЧЕРЕДНЫЕ ШАГИ (на ближайшие три месяца)

<i>Какие материалы я планирую изучить</i>	<i>Как я буду нарабатывать практику</i>

КОПИЛКА ИДЕЙ

Записывайте здесь свои мысли, ассоциации и идеи (что сделать, что прочитать, с кем пообщаться, с какими другими темами связанная и пр.)