

Konflikthantering

Sofia Norberg är civilingenjör och arbetar med personlig utveckling och ledarutveckling i skola, förskola och andra verksamheter. Medförfattare till "Makt, känslor och ledarskap i klassrummet" och "Våga chefa".

Ju mer vi vet om våra egna äkta känslor desto större möjlighet har vi att använda vårt förnuft när vi samarbetar med andra människor och gör oss förstådda i sociala relationer. Vi är hjälpta av att kunna tolka, förstå, respektera och hantera våra egna och andras känslor.

- **Självkänedom:** Är det arg jag är nu? Kanske snarare sårad?
- **Empati:** Utifrån kunskap om mig själv kan jag se och förstå andra människors perspektiv.
- **Ansvar:** När jag vet vad jag känner och lite om vad som rör sig inuti andra, då kan jag ta ansvar för mina känslor och mitt samspel med andra.
- **Kommunikation:** Därefter väljer jag vad jag säger.

Utifrån denna kunskap förhindrar vi några konflikter och ser till att de som uppstår blir så konstruktiva som möjligt.

Metoden för att hantera de konflikter som uppstår heter stoppljuset och är ett konkret verktyg för att hantera en konflikt med möjlighet att få det att fungera framöver.

Målgrupp:	<i>alla</i>
Datum:	<i>torsdag 14 oktober, kl. 14-17 i BORÅS</i>
Pris:	<i>650 kr exkl. moms, inkl. fika</i>
Anmälan senast:	<i>torsdag 23 september</i>
Kontaktperson:	<i>wera.andbert@grkom.se, 031-335 50 25, 0706-35 69 29</i>

**Anmälan görs direkt på webben - gå in på
www.grkom.se/pc**

Bekräftelse på anmälan skickas ut ca 1 vecka innan kursstart.
Kursavgift faktureras efter kurstillfället.
Avanmälan senast 3 veckor innan kursstart för att debitering ej skall ske.