

ΠΑΡΑΔΕΙΓΜΑ ΑΣΚΗΣΗΣ ΚΑΘΟΔΗΓΗΣΗΣ

ΔΙΑΘΕΣΙΜΟ ΣΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΟ ΧΩΡΟ ΚΑΘΟΔΗΓΗΣΗΣ

Οδηγίες: Η παρακάτω άσκηση προτείνεται στο πλαίσιο μιας συνεδρίας καθοδήγησης. Εάν βρίσκετε ότι δεν είναι αρκετά συναφής με την κατάσταση ή τους στόχους σας, μπορείτε ελεύθερα να τροποποιήσετε την άσκηση ώστε να αντιστοιχεί στις ανάγκες καθοδήγησής σας.

Τίτλος άσκησης	Πώς μπορείτε να διαχειριστείτε τη σύγκρουση στο εργασιακό περιβάλλον;
Κατηγορία	μη τεχνικές δεξιότητες / soft skills
Υποκατηγορία	επικοινωνία
Λέξεις-κλειδιά	Διαχείριση συγκρούσεων, διαπραγμάτευση, διαμεσολάβηση, διαδραστική επαφή, βέλτιστες πρακτικές
Πεδίο ανάπτυξης	Το πεδίο ανάπτυξης εδώ εκτείνεται στη δημιουργία θετικών εργασιακών σχέσεων μεταξύ των συναδέλφων, καθώς και στην έρευνα για μεθόδους διαχείρισης ενδεχόμενων καταστάσεων σύγκρουσης. Οι συγκρούσεις στο χώρο εργασίας θα αντιμετωπιστούν επιτυχώς υπό την προϋπόθεση να εντοπιστεί η πηγή, να αναληφθούν οι ευθύνες και κάθε μέρος να καταλάβει συνειδητά ότι οι ανάγκες του ακούγονται και εκτιμώνται.
Η άσκηση με λίγα λόγια	Η άσκηση επικεντρώνεται στην προώθηση υγιών διαδραστικών επαφών μεταξύ των συναδέλφων: παρέχονται στρατηγικές διαχείρισης συγκρούσεων και προτείνονται εκπαιδευτικές δραστηριότητες διαμεσολάβησης στο χώρο εργασίας.
Η Πρακτική Άσκηση επιτρέπει την καλλιέργεια και την εφαρμογή δεξιοτήτων στα εξής πεδία	<ul style="list-style-type: none"> • Ενεργός ακρόαση • Συνεργατική επίλυση προβλημάτων • Διαπραγματευτικές και συνεργατικές δεξιότητες • Ουδετερότητα • Ενθάρρυνση της αυτοέκφρασης και της εμπιστοσύνης • Διαμεσολάβηση
Η Πρακτική Άσκηση επιτρέπει την περαιτέρω καλλιέργεια και εφαρμογή γνώσεων ως προς	<ul style="list-style-type: none"> • Διαμεσολάβηση και επίλυση προβλημάτων • Τεχνικές αποφασιστικής επικοινωνίας • Team dynamics και συνεργασία • Στρατηγικές διαπραγμάτευσης • Διαχείριση άγχους
Περιγραφή άσκησης	Οι συμμετέχοντες εργάζονται σε ομάδες τριών ατόμων. Η εργασία πραγματοποιείται ακολουθώντας 3 βήματα: 1. Οι συμμετέχοντες ανταλλάσσουν εμπειρίες αναφορικά με την αντιμετώπιση καταστάσεων σύγκρουσης και εντοπίζουν βέλτιστες πρακτικές και πεδία βελτίωσης



	<p>2. Παρουσιάζεται ένα υποθετικό σενάριο σύγκρουσης στο χώρο εργασίας στους συμμετέχοντες, οι οποίοι καλούνται να καταγράψουν μεμονωμένα τις καλύτερες τεχνικές επίλυσης συγκρούσεων κατά τη γνώμη τους</p> <p>3. Οι συμμετέχοντες μοιράζονται τις τεχνικές που πρότειναν, συζητούν πάνω στις επιλογές τους και καταλήγουν από κοινού στην καλύτερη λύση το υποθετικό σενάριο σύγκρουσης. Τέλος, μοιράζονται γνώσεις για στρατηγικές διαχείρισης συγκρούσεων, καθώς και για δραστηριότητες βελτίωσης των δεξιοτήτων διαμεσολάβησης.</p>
Εργαλεία και πόροι	Υποθετικά σενάρια σύγκρουσης
Προτεινόμενο χρονοδιάγραμμα	1 συνεδρία διάρκειας 1 ώρας και 30 λεπτών



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).



Με συγχρηματοδότηση από το πρόγραμμα «Erasmus+» της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Το έργο αυτό έχει χρηματοδοτηθεί με την υποστήριξη του Προγράμματος Erasmus+ της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Η παρούσα ανακοίνωση αντικατοπτρίζει μόνο τις απόψεις των συγγραφέων και η Ευρωπαϊκή Επιτροπή δεν μπορεί να θεωρηθεί υπεύθυνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.