

OMGAAN MET EMOTIES EN WEERSTANDEN



GROEI



Omgaan met emoties en weerstanden

Introductie

In iedere interactie kunnen emoties en weerstanden een rol spelen. Dat kan al bij het geven van een opdracht aan een medewerker, bij een discussie over een voorgestelde werkwijze; het kan zeker voorkomen bij beoordelingsgesprekken en bij pogingen tot het bijleggen van een conflict. Iedereen komt in zijn professioneel handelen in aanraking met emoties en de eigen reactie daarop. Geëmotioneerde mensen verliezen de nuance uit het oog, denken zwart-wit en kunnen blokkeren in het zoeken naar oplossingen. Als het gaat om onderhandelingen of om bemiddeling dan stuit de professional vaak op die blokkades in de vorm van weerstanden, die enkel op te heffen zijn door een goed begrip van de emoties die ze veroorzaken en een adequate aanpak ervan. Pas dan worden mensen weer '(onder)handelingsbekwaam' en creatief. Daarnaast kan de heftigheid van de emoties en de wijze waarop deze geuit worden een probleem vormen om zinvol met elkaar in gesprek te blijven. Het kunnen omgaan met heftige emoties is dan ook een belangrijke voorwaarde voor iedere leidinggevende en iedere stafmedewerker die te maken kan krijgen met dit soort situaties.

Doelgroep

Leidinggevenden in het bedrijfsleven, overheidsfunctionarissen, HRM professionals, onderhandelaars, kortom iedereen die vanuit een verantwoordelijke positie met emoties te maken kan krijgen.

Doel van de training

In deze training wordt u een handvat aangereikt voor het professioneel omgaan met emoties en weerstanden. Door middel van een aantal inleidingen wordt kennis overgedragen over de verschillende wijzen waarop emoties opgeroepen worden en over de 'emotie achter de emotie'. Vervolgens komt de koppeling tussen persoonlijkheidsstijlen en emoties aan de orde. Daarna wordt aandacht besteed aan de vraag hoe je emoties kunt herkennen en wat je ermee kunt, bijvoorbeeld in een (dreigend) conflict. Er wordt gesproken over weerstanden, waar ze kunnen zitten, hoe je ze kunt herkennen en hoe je kunt helpen ze weg te nemen.

Vorbereiding en aanpak van de training

Voor een effectieve aanpak is nodig dat de deelnemer zelf een goed beeld heeft van de wijze waarop eigen emoties reacties oproepen bij anderen. De inleidingen worden afgewisseld met korte oefeningen en casuïstiek.

Open inschrijving

De training duurt één dag (twee dagdelen: zie hierachter het programma).

Trainers en locatie

Voor nadere informatie over de trainers en kosten verwijzen wij u naar onze website.

Incompany-training

Bij een incompany-training wordt na overleg over de specifieke wensen van uw organisatie een offerte aangeboden.



PROGRAMMA

Omgaan met emoties en weerstanden

Specialisatietraining

Dag 1

Ochtendprogramma

09.30 - 10.00 : Ontvangst met koffie en thee

10.00 - 10.15 : Introductie

10.15 - 11.15 : Emoties (bij de cliënt)
Inleiding / oefening

11.15 - 11.30 : Pauze

11.30 - 12.30 : Emoties (bij de mediator)
Oefening / inleiding / oefening

12.30 - 13.15 : Lunch

Middagprogramma

13.15 - 14.00 : Persoonlijkheidstypen (stijlen / thema's)

14.00 - 15.00 : Rollenspel (1)

15.00 - 15.15 : Pauze

15.15 - 15.45 : Persoonlijkheidstypen (vervolg)

15.45 - 16.45 : Rollenspel (2)

16.45 - 17.00 : Evaluatie en afronding