

## Psiholoģiskā atbalsta nodaļa

Apmācību programma IeM un IeVP amatpersonām

### **“Racionāla konfliktu risināšanas taktika starppersonu konfliktu situācijās. Dusmu pārvaldīšanas metodes.”**

#### **Apmācību programmas mērķis:**

Pilnveidot amatpersonu zināšanas un prasmes konflikta situāciju konstruktīvā risināšanā.

#### **Apmācību programmas uzdevumi:**

- Iepazīstināt amatpersonas ar starppersonu konfliktu iemesliem un būtību, cilvēku uzvedību konfliktu laikā un pamatveidiem kā cilvēks iesaistās jeb risina konfliktus;
- Iepazīstināt semināra dalībniekus ar iespējamiem konfliktu risināšanas veidiem un veiksmīgām komunikācijas vadlīnijām;
- Pilnveidot sarunas veidošanas principus konfliktu risināšanas laikā;
- Novērtēt savas konfliktu risināšanas stratēģijas;
- Pilnveidot dusmu pārvaldīšanas spējas;

#### **Apmācību programmas saturs:**

##### Teorētiskā daļa:

- Konflikta jēdziens, būtība un kritēriji;
- Cilvēka vajadzības un konflikta cēloņi;
- Konfliktsituācijas ietekmējošie faktori;
- Starppersonu konfliktu analīze. Saskarsmes stili;
- Konflikta risināšanas vērtība un ticība;
- Konflikta pieeja risināšanā – izvairīšanās vai iesaistīšanās. Praktiski piemēri;
- Konflikta veidi;
- Lomas, kādas spēlē cilvēki, kuri ir iesaistīti konfliktā;
- Konflikta dinamika jeb attīstība.

##### Praktiskā daļa:

- Konflikta atrisināšana ar „četrus soļus metodi”;
- Konflikta atrisinājuma dimensijas;
- Metodes, ar kuru palīdzību amatpersonas var novērtēt

savas konflikta risināšanas spējas un pielietotās stratēģijas konflikta laikā;

- Vingrinājumi un lomu spēles, lai amatpersonas pilnveidotu konfliktsituācijas vadīšanas un risināšanas spējas;
- Metodes un dusmu pārvaldīšanas pamattēzes, ar kuru palīdzību amatpersonas var pilnveidot savas dusmu pārvaldīšanas spējas.

**Apmācību programmas ilgums:** 3 stundas  
Apliecība par 4 akadēmiskām stundām.