

*Тренинг Александра Кондратовича для руководителей  
по развитию психологической устойчивости*

## **«Как сохранять устойчивое положение в жестких переговорах и корпоративных конфликтах»**

*3 семинара по 8 академических часов*

### **СЕМИНАР №1. Психологическая устойчивость при ведении жёстких переговоров:**

- психологическая устойчивость в ситуациях стресса – основные трудности и задачи;
- принцип работы нервной системы в ситуациях стресса;
- методика управления своей психикой через естественные рефлексy;
- комплекс базовых упражнений по самоконтролю;
- специализированные упражнения по управлению эмоциями;
- понятие «жёстких переговоров»;
- слабое звено в переговорах силовой модели;
- роль управления эмоциями в переговорных конфликтах;
- алгоритм контроля жёстких переговоров;
- практика: управление жёсткими переговорами с видеосъёмкой и анализом конфликтных ситуаций.

### **СЕМИНАР №2. Психологическая устойчивость при разрешении внутрикорпоративных конфликтов:**

- системные и локальные причины конфликтов;
- ключи к управлению конфликтом;
- отбор и анализ информации о конфликте;
- роли в конфликте;
- фазы конфликта и динамика конфликта;
- понятие поля конфликта и составление карты конфликта;
- эффективные модели поведения в конфликте;
- результативные стратегии и тактики нейтрализации конфликтов;
- эффективные пси-воздействия для погашения конфликта;
- управление психикой, энергетикой и эмоциями в конфликте;
- спец-приёмы нейтрализации конфликтов;

- практика: разрешение корпоративного конфликта с видеосъёмкой, аналитикой и обратной связью для участников тренинга.

### **СЕМИНАР №3. Сохранение спокойствия при конфликтах с силовыми структурами:**

- типология конфликтов с силовыми структурами;
- методы и спец-приёмы силового и морально-психологического подавления;
- правильное поведение и управление психикой в ситуациях силового задержания;
- эффективное поведение в ситуации жёсткого допроса;
- правильное поведение в роли заложника;
- комплекс приёмов для контроля эмоций и устойчивости психики в ситуациях психологического давления;
- алгоритм быстрого психологического восстановления при силовых конфликтах;
- практика: тренинг правильного поведения под силовым давлением и жёстким допросом с видеосъёмкой, аналитикой и обратной связью для участников тренинга

### **В результате тренинга Вы получаете:**

- Психологическую устойчивость в любых переговорах;
- Способность сохранять хладнокровие и рациональность в сложных конфликтах;
- Умение оставаться спокойным и сохранять самоконтроль при экстремальных переговорах с силовыми структурами;
- Практическое знание научных принципов работы своей психики и нервной системы в ситуациях негативного стресса;
- Методику управления своими эмоциями в жёстких переговорах;
- Алгоритм эффективного управления жёсткими переговорами;
- Технологию нейтрализации конфликтов;
- Умение составлять карту конфликта;
- Проверенные приёмы ведения переговоров в конфликтах;
- Методику эффективных переговоров с силовыми структурами;
- Практику управления психикой оппонента в конфликтах и агрессивных переговорах;
- Практику правильного поведения и самоконтроля при жёстких допросах;

- Практику нейтрализации корпоративных конфликтов;
- Алгоритм быстрого восстановления психологических и энергетических ресурсов в процессе и после завершения конфликтов;
- Методику выявления и устранения глубинных фобий и подавленных негативных эмоций;
- Приёмы экспресс-восстановления в ситуациях психологической атаки и морального подавления;
- Практическую систему психологического, эмоционального и энергетического восстановления после тяжёлых переговоров и экстремальных стрессов.

### **БОНУС: Снятие стресса после участия в конфликтных ситуациях**

- психологическое и энергетическое самовосстановление - основной принцип;
- медитация и практика восстановительного дыхания для снятия глубинных стрессов;
- простой комплекс био-энергетической гимнастики для устранения последствий негативного стресса из тканей и сухожилий;
- пси-технология извлечения и нейтрализации негатива из глубинных слоёв бессознательного (метод инстинктивного рисунка по Юнгу);
- полная энергетическая балансировка вибраций внутренних органов и систем;
- практика внутренней целостности;
- практика психологической и энергетической реабилитации при помощи работы с природными стихиями;
- практика внутренней тишины и состояния устойчивого энергетического равновесия.

***Контактное лицо: Ирина Дзюбановская***

***+38(067) 351-82-18***