

# ATELIER DE LUCRU

## Dezvoltarea rezilienței la situații conflictuale

19 aprilie 2022, ora 09:00  
mun. Chișinău, str. S. Lazo 1  
ZOOM

- DURATA:** 8 ore academice
- BENEFICIARI:** Judecători/Procurori
- ORGANIZATOR:** Institutul Național al Justiției
- FORMATOR:** Inga PLATON, Doctor în Psihologie, formator INJ
- OBIECTIVELE ACTIVITĂȚII DE FORMARE:**
- ✓ Formarea cunoștințelor privind dimensiunea psihosocială a conflictului;
  - ✓ Autoevaluarea stilului și metodelor de rezolvare a conflictului;
  - ✓ Asimilarea metode de abordare a conflictului și diminuarea efectelor emoționale a conflictului.

AGENDĂ	
08:45 – 09:00	<b>Înregistrarea participanților</b>
09:00 – 10:30	<p><i>Cadrul teoretic – psihologia conflictului interpersonal.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Natura conflictului: Etimologia și semnificația termenului „conflict”</li> <li>• Dimensiunea psihosocială a conflictului</li> <li>• Cauzelor conflictului</li> <li>• Dinamica conflictului</li> <li>• Tipurile de conflict</li> </ul> <p>Inga PLATON</p>
10:30 – 10:45	<b>Pauză</b>
10:45 – 12:15	<p><i>Cadrul aplicativ – evaluativ.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Autoevaluarea nivelului de cadrare a conflictului;</li> <li>• Tipologiile stilurilor de abordare a conflictului;</li> <li>• Autoevaluarea stilurilor de rezolvare a conflictului.</li> </ul> <p>Inga PLATON</p>
12:15 – 13:15	<b>Prânz</b>
13:15 – 14:45	<p><i>Cadrul practic.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tipologia comportamentului uman: Evaluarea propriului comportament în raport relațional cu persoanele dificile.</li> <li>• Tehnici de rezolvare a conflictului în comunicare cu oamenii dificili: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Parafrazarea</li> <li>- Limbajul simțurilor</li> <li>- Feedbackul</li> </ul> </li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ascultarea</li> <li>- Vorbirea</li> <li>- Înțelegerea mesajelor nonverbale</li> </ul> <p>Inga PLATON</p>
<b>14:45 – 15:00</b>	<b>Pauză</b>
<b>15:00 – 16:30</b>	<p><i>Cadrul aplicativ.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Metode și tehnici diminuarea efectelor emoționale a conflictului existent: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Eliberarea de tensiune emoțională postconflict.</li> <li>- Pozitivarea consecințelor negative ale conflictului.</li> </ul> </li> </ul> <p>Inga PLATON</p>
<b>16:30 – 16:45</b>	<b>Concluzii</b>