

# Dissoldre a temps els petits malentesos

## Objectius

**Comprendre** com es generen i escalen els petits malentesos.

**Desenvolupar** habilitats d'escolta, aclariment i verificació.

**Millorar** la confiança i la qualitat relacional en els equips.



## Programa

### 1. Malentesos: l'origen invisible de molts conflictes

Causes i impacte dels malentesos en les relacions professionals.

Diferència entre intenció, impacte i interpretació.

Escalada de petites tensions no resoltes.

### 2. Detectar senyals i evitar interpretacions automàtiques

Biaixos i hipòtesis en la comunicació.

Identificació de senyals de tensió.

Estratègies de verificació abans de concloure.

### 3. Converses breus que eviten grans conflictes

Importància dels aclariments preventius.

Escolta activa, reformulació i assertivitat.

Abordatge respectuós d'incomoditats i discrepàncies.

### 4. Dissoldre tensions abans que creixin

Gestió de les emocions i els ressentiments.

Converses breus per reparar relacions.

Criteris per intervenir de manera efectiva.

### 5. Construir cultures de comunicació preventiva

Hàbits de verificació i comunicació transparent.

Espais segurs per parlar i donar feedback.

Prevenició de conflictes i foment de la confiança.



Durada: **5 hores**