



Formació pràctica per cohesionar equips i gestió del temps. Inclou un mínim de 3 hores de formació a la mateixa empresa.

Gestió del temps

Treballem amb pressa, estressats...

Malgrat tot, a vegades tenim la sensació de “perdre el temps”.

A través d'alguns patrons i eines aprendrem a aprofitar i -lo i administrar-lo de manera més eficient, compatibilitzant la vida personal, laboral i social, i gaudint d'una millor qualitat de vida.



Formació pràctica per cohesionar equips, donant-los eines per optimitzar les habilitats socials i comunicatives.

Es tracta de conèixer i detectar les situacions de conflicte laboral i aprendre eines per poder solucionar-los o trobar estratègies per gestionar-los de manera que el conflicte pugui tornar-se un aspecte positiu. I és que, en el dia a dia del món laboral, a moltes persones els afecta més l'estrès que envolta aquestes situacions que no pas l'estrès de la feina.

Per què escollir GREC?

Treballem a través de la metodologia GAC (Gestió Alternativa de Conflictes) donant eines perquè la gent sempre més pugui gestionar els problemes de manera autònoma.

Disposem d'una xarxa interdisciplinària de professionals per oferir una resposta personalitzada a cada cas i seus arreu de Catalunya.

Entre els nostres clients, hi ha diferents [administracions](#) i nombroses [entitats privades](#) .

GAC (Gestión Alternativa de Conflictos)

Con las siglas GAC algunas personas se refieren al uso de sistemas alternativos de solución de disputas en el ámbito de los conflictos colectivos y de las relaciones intragrupalas o entre grupos sociales y las autoridades o el gobierno. Desarrolla estrategias basadas en el fomento del diálogo, la negociación y la mediación y es similar a la ADR.

Gestión de Conflictos

Esta denominación acostumbra a ser utilizada en el ámbito militar y empresarial. En todo caso denota un objetivo por «administrar» o gestionar conflictos sin pretender ni transformar ni resolverlos, con la intención más de contención que de aprovechamiento de su capacidad de innovación y cambio cualitativo.

Definició extreta del llibre [Conflictología](#) , d'Eduard Vinyamata

[Demana més informació](#) sense cap compromís