

## AKO SA NAUČIŤ EFEKTÍVNE KOMUNIKOVAŤ?

Náš úspech v práci a radosť zo života priamo súvisia s tým, ako komunikujeme a spolupracujeme s partnermi. Sociálne schopnosti nám pomáhajú udržiavať motiváciu, rozvíjať vzťahy a rozumieť sebe samému i druhým. Sú využiteľné vo všetkých profesiách a sociálnych kontaktoch. Ich vhodné uplatnenie nám prináša spokojnosť a šťastie.

Vzdelávací program je určený všetkým aktívnym a tvorivým ľuďom, ktorých hlavným pracovným nástrojom je interakcia s druhými. Kurz poskytne účastníkom poznatky potrebné pre efektívnu komunikáciu, ktoré im pomôžu lepšie sa orientovať v interpersonálnych vzťahoch a viesť rozhovor primerane situácii a typu človeka. Kurz pomáha identifikovať vlastné silné stránky v komunikácii a plánuje rozvoj ďalších zručností v komunikácii s ľuďmi.

Tréning je ideálnym východiskovým kurzom ku nadstavbovým školeniam. Pripravený a realizovaný je vyhládanou profesionálnou lektorkou s bohatými praktickými skúsenosťami v tejto oblasti. Zaujímavo kombinuje rôzne vyučovacie metódy a výhodou je práca v malej skupine. Maximálny počet účastníkov je dvanásť.

Podujatie sa uskutoční v budove Nadácie otvorenej spoločnosti- OSF na Baštovej ulici 5 v Bratislave v zasadačke na 2. poschodí. Účastnícky poplatok je 60 €.

08.45 – 09.00 registrácia

09.00 – 12.00 význam a prejavy komunikácie pre vzťahy, zákonitosti správania sa ľudí, profesionálne správanie sa, prvý dojem a sociálna percepcia, chyby pri posudzovaní ľudí

12.00 – 13.00 obed

13.00 – 15.00 základy komunikačného procesu, druhy komunikácie, kladenie otázok, aktívne počúvanie, spätná väzba, bariéry v komunikácii

16.00 – 17.00 reč tela, neverbálna komunikácia a jej význam, druhy neverbálnych prostriedkov a ich analýza

17.00 – 18.00 efektívne vedenie rozhovoru, vznik nedorozumení, efektívna komunikácia ako riešenie konfliktov, komunikácia a jej vplyv na vzťahy, emočná inteligencia

**Lektor:** Mgr. Gabriela Belková