

## PROGRAM

- Názov podujatia: **Asertivita v pracovnom a súkromnom živote**
- Hlavné témy: **Filozofia a psychológia asertivity. Asertívne práva a povinnosti. Asertívne zručnosti (schopnosť dávať a prijímať pochvalu i kritiku, povedať nie, schopnosť požiadať o oprávnený nárok i láskavosť...). Techniky asertivity. Charakteristiky a rozlišovanie základných štýlov správania sa: agresívne, manipulačné, pasívne a asertívne správanie; asertívne reakcie na tieto štýly správania sa. Schopnosť vyjadriť svoje kladné/záporné emócie; schopnosť začať, udržiavať a skončiť rozhovor; schopnosť začať, udržiavať a skončiť rozhovor.**
- Forma podujatia: **ONLINE prednáška - prostredníctvom videokonferenčnej platformy ZOOM**
- Dátum konania: **19.02.2024** (pondelok)
- Lektor podujatia: **Mgr. Eva Martinovičová**, externá členka pedagogického zboru Justičnej akadémie Slovenskej republiky; lektorka a konzultantka spoločnosti EdWell s.r.o.; členka International Coach Federation (Medzinárodná federácia koučov); členka Slovak Chapter ICF; členka Slovenskej asociácie koučov (SAKO)
- 08.00 – 08.30 hod. registrácia účastníkov
- 08.30 – 10.00 hod. odborný výklad, prezentácia**
- 10.00 – 10.15 hod. prestávka
- 10.15 – 11.45 hod. odborný výklad, prezentácia**
- 11.45 – 12.15 hod. prestávka
- 12.15 – 14.15 hod. odborný výklad, prezentácia**
- 14.15 – 14.30 hod. prestávka
- 14.30 – 15.30 hod. odborný výklad, prezentácia**
- 15.30 hod. záver vzdelávacieho podujatia