



## PROGRAM

Názov podujatia:	<b>Asertivita v pracovnom a súkromnom živote</b>
Hlavné témy:	<b>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.</b>
Forma podujatia:	<b>ONLINE prednáška - prostredníctvom videokonferenčnej platformy ZOOM</b>
Dátum konania:	<b>9. február 2026 (pondelok)</b>
Lektor podujatia:	<b>Mgr. Eva Martinovičová</b> , 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
<b>08.30 – 10.00 hod.</b>	<b>odborný výklad, prezentácia</b>
10.00 – 10.15 hod.	prestávka
<b>10.15 – 11.45 hod.</b>	<b>odborný výklad, prezentácia</b>
11.45 – 12.15 hod.	prestávka
<b>12.15 – 14.15 hod.</b>	<b>odborný výklad, prezentácia</b>
14.15 – 14.30 hod.	prestávka
<b>14.30 – 15.30 hod.</b>	<b>odborný výklad, prezentácia</b>
15.30 hod.	záver vzdelávacieho podujatia