



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.
Forma podujatia:	ONLINE prednáška - prostredníctvom videokonferenčnej platformy ZOOM
Dátum konania:	10. február 2026 (utorok)
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