



Nenásilná komunikácia v každodennom živote II.

Nadstavbový kurz

Nenásilná komunikácia – koncepcia Marshalla B. Rosenberga – umožňuje každému, kto chce, prežívať život v jeho plnosti. Pomáha účinne predchádzať konfliktom a nedorozumeniam.

**Využijete ju doma, v partnerskom živote,
v škole, v práci aj pri výchove detí. Naučíte sa:**

- **nadviazať vzťah so sebou samým**
- **rozpoznať a pomenovať vlastné pocity**
- **identifikovať sa s vlastnými potrebami**
- **ako zvládnuť emočne náročné situácie**
- **nadviazať vzťah s ostatnými cez empatickú komunikáciu**
- **uvedomiť si, že mám možnosť voľby ako zareagujem**
- **ako počúvať, čo je „za“ slovami**
- **ako prijať od druhých kritiku**

Lektorka: Mgr. Eva Račková, PhD.

Venuje sa lektorovaniu najmä v oblasti efektívnej komunikácie a alternatívneho riešenia konfliktov. Vedie tréningy Nenásilnej komunikácie podľa Marshalla B. Rosenberga. Pôsobí aj ako mediátorka a koučka. Vyštudovala Fakultu sociálnej práce a sociálnych vied na UKF v Nitre. Doktorandské štúdium v odbore sociálna práca ukončila na Fakulte zdravotníctva a sociálnej práce TU v Trnave. Päť rokov pôsobila v neziskovom sektore ako trénerka dobrovoľníkov, poradkyňa v manažmente neziskových organizácií a ako projektová poradkyňa. V súčasnosti sa venuje téme alternatívneho riešenia konfliktov na školách formou mediácie. Spolupracuje s viacerými vzdelávacími inštitúciami.



Kedy: 15. – 16. 6. 2018

Miesto konania: Poprad

Cena kurzu: 129,- EUR
99,- EUR / študent

Prihlásiť sa môžete: zaslaním e-mailu s uvedením svojich fakturačných údajov na adresu: edukacne.centrum.mrs@gmail.com alebo prostredníctvom kontaktného formulára na stránke: <https://edukacnecentrum.com/kontakt-kontaktny-formular/>