



# Komunikačné zručnosti dneška

Pozývame vás na zážitkové vzdelávacie podujatie, ktorého každá časť bude najmä o aktivitách, hrách a diskusií. Vyskúšajte svoje schopnosti a možnosti, prekročte vlastné hranice! Budeme aj teoretizovať, ale len tak, aby ste sa nenudili.

## HARMONOGRAM SÉRIE PODUJATÍ:

1. deň (12.10.): Téma č. 1

**Ako sa brániť manipulácii a ako ju nepoužívať**

2. deň (13.10.): Téma č. 2

**Asertívna komunikácia**

3. deň (15.10.): Téma č. 3

**Čítanie reči tela a ako ju využiť vo svoj prospech**

## PODMIENKY

Zapojiť sa môže **začínajúci i etablovaný podnik**, spĺňajúci definíciu MSP, so sídlom v Bratislavskom kraji.

Po absolvovaní série vzdelávacích podujatí účastník dostane certifikát.

Počet miest je limitovaný. Účasť je bezplatná.



**12., 13., a 15.10.2020**  
16.00 – 20.00 hod.



Kde?  
**Online -**  
Microsoft Teams



**KONTAKT:**  
[podujatie@npc.sk](mailto:podujatie@npc.sk)  
[www.npc.sk](http://www.npc.sk)  
[www.sbagency.sk](http://www.sbagency.sk)



**REGISTRÁCIA**  
<https://bit.ly/33bHQII>

Vzdelávacie podujatie, ako jedna z foriem skupinového poradenstva, sa realizuje v rámci Národného projektu NPC II – BA kraj, prostredníctvom podaktivity 1.5 Rastový program Kód projektu ITMS2014+ 313041I861



EURÓPSKA ÚNIA  
Európsky fond regionálneho rozvoja  
OP Integrovaná infraštruktúra 2014 – 2020



MINISTERSTVO  
DOPRAVY A VÝSTAVBY  
SLOVENSKEJ REPUBLIKY



MINISTERSTVO  
HOSPODÁRSTVA  
SLOVENSKEJ REPUBLIKY

# ○ DETAILNÝ HARMONOGRAM SÉRII PODUJATÍ:



Téma č. 1:

## **Ako sa brániť manipulácii a ako ju nepoužívať** 12.10. / 16:00 – 20:00 hod.

ČO SA DOZVIETE?

- » čo je, a čo nie je manipulácia, a ako ju rozoznať
- » prečo vlastne manipulujeme
- » najčastejšie techniky manipulatívnej komunikácie
- » ako komunikovať otvorene, asertívne a bez manipulácie



Téma č. 2:

## **Asertívna komunikácia** 13.10. / 16:00 – 20:00 hod.

ČO SA DOZVIETE?

- » čo všetko by sme mali vedieť, ak chceme asertivitu každodenne používať
- » prečo záleží na vnútornom nastavení a sebapoznání
- » aký mindset je naozaj asertívny
- » aký je rozdiel medzi asertivitou a nasertivitou
- » ktoré komunikačné techniky vám pomôžu uviesť asertivitu do praxe




Téma č. 3:

## **Čítanie reči tela a ako ju využiť vo svoj prospech** 15.10. / 16:00 – 20:00 hod.

ČO SI OSVOJÍTE?

- » základné pravidlá čítania reči tela
- » neverbálne prejavy jednotlivých častí tela (ruky, nohy, trup, tvár)
- » aké emócie prežívame, prečo sú dôležité pri čítaní tela a aké sú ich neverbálne signály
- » čo sú to mikrovýrazy - natrénujeme si ich rozpoznávanie
- » čo je to zladžovanie sa, ako sa dá využiť na nadviazanie vzťahu s druhým a pri čítaní reči tela druhého - praktický tréning
- » ukážky reči tela na videách, ktoré budeme spoločne analyzovať

## **KTO JE VÁŠ LEKTOR?**

 **Mgr. Michal Šoltés**, psychológ, tréner komunikačných zručností a spoluzakladateľ spoločnosti Otvorená Hra. Jej hlavným cieľom je prostredníctvom hravých tréningov komunikačných schopností zvyšovať angažovanosť a lojalnosť zamestnancov.



**REGISTRÁCIA**

<https://bit.ly/33bHQII>

Vzdelávacie podujatie, ako jedna z foriem skupinového poradenstva, sa realizuje v rámci Národného projektu NPC II – BA kraj, prostredníctvom podaktivity 1.5 Rastový program Kód projektu ITMS2014+ 313041I861



EURÓPSKA ÚNIA  
Európsky fond regionálneho rozvoja  
OP Integrovaná infraštruktúra 2014 – 2020



MINISTERSTVO  
DOPRAVY A VÝSTAVBY  
SLOVENSKEJ REPUBLIKY



MINISTERSTVO  
HOSPODÁRSTVA  
SLOVENSKEJ REPUBLIKY