

KARTA INFORMACYJNA KURSU

Nazwa kursu/ warsztatu/ szkolenia	Asertywność na co dzień
Organizator (dane jednostki)	Instytut Filozofii i Socjologii
Koordynator (imię, nazwisko, dane kontaktowe)	Dr Mateusz Szast Mateusz.szast@up.krakow.pl 666607076
Charakterystyka kursu	<p>Cele i treści szkolenia:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ukazanie asertywności w kontekście agresji bezpośredniej, agresji nie wprost oraz uległości. • Praktyczne zastosowanie technik asertywności. • Wyrażanie woli oraz dbanie o własne potrzeby. • Techniki radzenia sobie z krytyką. • Informacje zwrotne.
Dla kogo kurs jest przeznaczony	<p>Szkolenie ma charakter otwarty i będzie organizowane cyklicznie. Jednym z zasadniczych elementów asertywnego zachowania jest otwartość i uczciwość. Asertywność to umiejętność walki o swoje prawa bez naruszania praw innych ludzi. Każdy z nas ma prawo być sobą, zachowywać się zgodnie z wyznawanym systemem wartości etycznych i moralnych oraz swoimi przekonaniem.</p> <p>Dla kogo? Osoby zainteresowane rozwijaniem asertywności, zarówno sprzedawcy (handlowcy), osoby reprezentujące sektor publiczny jak również sektor szeroko pojętego biznesu. Mile widziane są także osoby interesujące się rozwojem własnym kompetencji w zakresie pewności siebie, przyjęcie postawy przyjaźni, życzliwości, szacunku, a także uczciwości i otwartości wobec siebie i innych.</p>
Czas trwania	8 godzin (8x45 min)

(liczba godzin)	
Planowany termin rozpoczęcia zajęć	Cyklicznie co miesiąc Pierwszy termin: Dzień: 25 luty 2022 Godzina: 12:00-18:00
Opłata za kurs	600 zł
Dodatkowe informacje	Informacje dodatkowe: <ul style="list-style-type: none"> • w przypadku zebrania się grupy, uczestnicy zostaną powiadomieni mailowo bądź telefonicznie. Minimalna liczba uczestników to 12 osób. <ul style="list-style-type: none"> • Trener: Mateusz Szast