

Informacje o zajęciach warsztatowych

Temat	Trening asertywności - asertywność w kontekście pracy
Dla kogo przeznaczone są zajęcia warsztatowe	Zajęcia warsztatowe przeznaczone są dla osób, które chcą nauczyć się zachowań asertywnych w miejscu pracy oraz chcą wzmocnić pewność siebie.
Cel zajęć warsztatowych	Celem zajęć warsztatowych jest poznanie przez uczestników praw asertywności oraz nabycie umiejętności zastosowania ich w kontaktach zawodowych i miejscu pracy poprzez praktyczny trening zachowań asertywnych.
Umiejętności i wiedza, jaką uzyska uczestnik	Poznanie znaczenia zachowań asertywnych oraz nabycie umiejętności bezpośredniego i asertywnego wyrażania swoich myśli, potrzeb, uczuć, wartości, idei i emocji w kontaktach zawodowych z pracodawcami, współpracownikami i klientami.
Stosowane metody pracy	Wykład, ćwiczenia grupowe, zadania, praca w parach, analiza dotychczasowych doświadczeń zawodowych i społecznych, dyskusja, testy i kwestionariusze, scenki sytuacyjne, symulacje.
Czas trwania zajęć warsztatowych	1 dzień godz. 9 - 15
Dodatkowe informacje dla uczestnika	Warto zabrać ze sobą materiały do pisania i kanapkę.