

VEREJNÁ KNIŽNICA MICHALA REŠETKU V TRENČÍNE

v zriaďovateľskej pôsobnosti Trenčianskeho samosprávneho kraja

Vás pozýva
na celoslovenský jednodňový odborný seminár pre pracovníkov knižníc

EFEKTÍVNA KOMUNIKÁCIA



17.10.2018

1. časť
08.00 – 12.00 h

2. časť
12.30 – 16.30 h

**spoločenská
miestnosť
knižnice**
(Hasičská 1, Trenčín)

www.vkmr.sk

KONCEPCIA A ŠTRUKTÚRA SEMINÁRA

1. časť (teoretická, dĺžka 4 h):

- spoločenská a psychologická efektívna komunikácia
- asertívne zvládanie záťažových a konfliktných situácií v pracovnom procese
- psychohygiena
- prevencia Burn out (syndróm vyhorenia)

2. časť (praktická - workshop, dĺžka 4 h):

- komunikácia smerom dovnútra – regulácia emócií, plné uvedomovanie (mindfulness)
- svojpomoc pri psychických ťažkostiach – informácie pre verejnosť

ODBORNÍ GARANTI

PhDr. Ingrid Červeňanová / terapeutka, poradca a andragóg vzdelávania pre dospelých

Mgr. Adriana Jurásková / terapeutka, andragogička, sociálna pracovníčka

Foto: medium.com

Z verejných akcií zhotovujeme fotografie, videá, výsledkové listiny, ktoré sú uverejnené na webe knižnice www.vkmr.sk.

Projekt z verejných zdrojov podporil Fond na podporu umenia – hlavný partner projektu.

