



## Uplatnění asertivity – jednání s důstojností a bez nátlaku

### Obsah

Asertivní jednání je dovednost, jejíž osvojení a využívání nám může pomoci k efektivnějšímu řešení situací, a to jak s klienty, tak spolupracovníky, nadřízenými a podřízenými. Kurz je zaměřen na prohloubení asertivních dovedností formou náhledu a změny vlastních přesvědčení a přijetí asertivních práv, která jsou základem pro uplatňování asertivních dovedností. Účastníci budou mít v rámci kurzu příležitost získat náhled na své vzorce chování, které při svém jednání s klienty a rodinnými příslušníky využívají, a rozšířit je o asertivní techniky, které si v rámci kurzu osvojí. Náplň kurzu vychází z přesvědčení, že na prvním místě rozvoje pracovníka stojí uvědomění vlastního jednání a rozvoj sebereflexe, na jejichž základě pak mnohem efektivněji využívá získané dovednosti.

### Témata

- Cíl a přínos asertivního jednání
- Odlišení asertivního, agresivního a pasivního stylu
- Jak na naše přesvědčení – asertivní práva
- Asertivní jednání jako obrana před manipulací
- Co nám při jednání pomáhá – užitečné asertivní fráze
- Kdy a jak asertivní techniky využít – modelové situace jednání

### Rozsah

- 8 hodin

### Cílová skupina

- pracovníci v sociálních službách, neformální pečovatelé
- sociální pracovníci, pracovníci na úřadě práce
- pracovníci v manažerské a řídicí funkci

### Cena kurzu

- dle počtu účastníků a místa konání