



Kreativní akademie Olomouckého kraje

Srdečně Vás zveme na kurz

KURZ ASERTIVITY

Lektor: Pavel Hekela

Místo: Vědecká knihovna v Olomouci, zasedací sál, Bezručova 3

Termín: 4. 11. 2024, 9.00 – 11.00

5. 11. 2024, 9.00 – 12.00

Kurz se skládá ze dvou setkání v celkové délce 5 hodiny.

Jak často se vám stává, že nejste schopni říci „ne“? Kolikrát denně tápete nad tím, jestli, a do jaké míry prozradit své myšlenky?

Pojďme si říci, co je asertivita, a na příkladech si procvičme jednu z klíčových dovedností komunikace. Je to především schopnost vyrovnaně prosadit své názory, práva, přání či potřeby bez využívání agresivního chování. Asertivní lidé jsou schopní prosadit se bez toho, aniž by urazili někoho jiného. Takové chování je často považováno za hranici mezi pasivitou a agresivitou. Buďme upřímní a projevujme své názory tak, aby se nedotkly jiných. Pokud chceme, aby ostatní respektovali naše potřeby, musíme jim naslouchat a stejně tak respektovat i jejich potřeby, myšlenky a víru. Kurz bude rozdělen do 2 lekcí, teoretické a praktické. Zájemci tak budou mít prostor k procvičení získaných dovedností pod odborným vedením.

Tento seminář je ideálním pokračováním pro absolventy předchozích kurzů komunikace a rétoriky (není to však podmínkou).

Lektorem kurzu je emeritní ředitel Moravského divadla Olomouc a Českého rozhlasu Olomouc, herec, divadelní režisér a pedagog Univerzity Palackého Pavel Hekela. Tento obor vyučuje na univerzitě již mnoho let, pracuje nejen se studenty, ale také s přednášejícími. Působí i jako lektor hlasové výuky pro zájemce mnoha profesí.

Přihlášky prostřednictvím formuláře:

<https://www.vkol.cz/udalosti-a-akce/kurz-asertivity-1>

Těšíme se na Vaši účast.

Projekt Kreativní akademie Olomouckého kraje je realizován v rámci Národního plánu obnovy prostřednictvím Ministerstva kultury a jeho spolufinancování zajišťuje Olomoucký kraj.