

## Soft skills (trojmodulový tréning)

Termín konania	podľa záujmu
<b>Rozsah a cena kurzu:</b>	6 hodín/26,-                      3x6 hodín/75,-
<b>Cieľ kurzu:</b>	Hlavným cieľom tréningu je osvojenie kľúčových mäkkých zručností, ktoré vám pomôžu v profesijnom a osobnom živote. Soft skills alebo mäkké zručnosti označujú zručnosti, ktoré Vám pomôžu nielen v profesijnom ale aj osobnostnom raste. Jednanie s rôznymi typmi ľudí, komunikácia, kreativita, riešenie konfliktov, zvládanie stresu, či reč tela. Na trojmodulovom tréningu sa v jednotlivých moduloch bližšie venujeme komunikácii, asertivite a riešeniu konfliktov. Je možné absolvovať moduly aj jednotlivo.
<b>Cieľová skupina:</b>	Tréning je určený každého, kto chce v osobnom a profesijnom živote lepšie zvládať komunikáciu a najčastejšie problematické situácie ako napr. riešenie konfliktov, komunikáciu s problematickými ľuďmi, vyjednávanie, argumentáciu, ale aj pochopenie správania a konania iných.
<b>Profil absolventa:</b>	Absolvent kurzu je schopný komunikovať s rôznymi typmi ľudí, zvládať konfliktné situácie v profesijnom a osobnom živote.
<b>Tematické okruhy:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Modul I. Účinná Komunikácia</b> - Komunikačné zručnosti sú jedným zo základných predpokladov nielen úspechov v zamestnaní, dobrých vzťahov na pracovisku, ale i v súkromnej oblasti. V každodenných situáciách musíme komunikovať slovne aj neverbálne so zákazníkmi, kolegami, nadriadenými, rodinou alebo priateľmi. Pomocou účinnej komunikácie, môžete zlepšiť nie len svoju prácu, ale aj kvalitu svojho života.</li> <li>• <b>Modul II. Asertivita</b> - Asertivita je spôsob ľudského správania, ktorým človek aktívne zamedzuje manipulácii so sebou inými ľuďmi. Získate kompetenciu odhaliť manipulačné techniky, ktoré môžu ľudia používať voči vám. Osvojíte si aktívne uplatňovanie asertívnych práv, zásad a techník, ktorými môžete zlepšiť svoj profesijný ale aj osobný život.</li> <li>• <b>Modul III. Riešenie konfliktov</b> – V poslednom module získate prehľad o rôznych spôsoboch riešenia konfliktov a najčastejších chybách, ktoré zvyčajne vedú k ich prehĺbeniu, nie vyriešeniu. Osvojíte si techniky efektívneho riešenia konfliktov na pracovisku aj v osobnom živote.</li> </ul>
<b>Metódy vzdelávania:</b>	Zážitkové metódy
<b>Miesto konania:</b>	CCV UMB, Cesta na amfiteáter 1 Banská Bystrica
<b>Lektori:</b>	<p><b>Mgr.Terezia Rohn, PhD.</b> – lektorka má bohaté skúsenosti s poradenstvom v oblasti kariérneho poradenstva, s vedením tréningov v oblasti softskills, prezentačných zručností, príprave na pracovný pohovor a kariérneho smerovania.</p> <p><b>Mgr. Miroslav Valica, PhD.</b> – lektor má dlhoročné skúsenosti v oblasti vzdelávania dospelých, v oblasti poradenstva a vedení tréningov so zameraním na osobnostný rast a rozvoj.</p>

<b>Doklad o ukončení:</b>	Osvedčenie
<b>Kontakt</b>	Mgr. Michaela Palgutová, PhD. manažérka celoživotného vzdelávania CCV UMB mob.: 0904 455 653 e-mail: <a href="mailto:michaela.palgutova@umb.sk">michaela.palgutova@umb.sk</a>