



**ébredések
alapítvány**

1089 Budapest
Kálvária tér 5
Tel.: (1) 334-1550
ebredesekalapitvany@gmail.com
www.ebredesek.hu

Képzési tájékoztató

ÚT MAGAMHOZ

– önismeret, önérvényesítés, személyes hatékonyság

Az aszertivitás, mely a hatékony kommunikáció alapja mindenki által elsajátítható. Magánéletben és munkahelyen egyaránt alkalmas arra, hogy az erőszakmentes kommunikáció erejével előzzünk meg, illetve oldjunk meg konfliktusokat. Mindez nagymértékben javítja, támogatja és elősegíti az egészséges családi, munkahelyi, baráti és hivatalos kapcsolatok, kapcsolódások eredményességét.

A képzésen élő helyzeteket vizsgálunk meg, s hatékony technikák megismerése és gyakorlása mentén jutunk egyre közelebb a készség szintű elsajátításhoz.

A képzés elvégzése után a résztvevők:

- képesek lesznek a hatékony érdekvédelemre mások méltóságának és érzelmeinek megsértése nélkül,
- könnyebben tudnak konfliktushelyzeteket megoldani,
- képesek családtagokkal, barátokkal, ismerősökkel, kollégákkal erőszakmentesen kommunikálni, gyorsabban közös nevezőre jutni,
- elindulnak egy hatékonyabb kommunikációt megtestesítő, magabiztosabb és teljesebb önkép felé vezető úton.

Az egészségügyi szakdolgozók továbbképzésének szabályairól szóló 63/2011. (XI. 29.) NEFMI rendelet 6. § (1) bekezdés szerint a képzés szabadon választható elméleti továbbképzésként minősített.

A továbbképzés **pontértéke: 10 pont** (valamennyi szakmacsoport részére)

A képzés **nyilvántartási száma: SZTK-A-72419/2024**

A képzés **ideje: 2025.05.07.**

A képzés **időtartama: 10 óra / 1 nap; 9.00-17.00 - ig**

A képzés **vezetője: Kristóf Róbert** emberi erőforrás szakember, szakközgazdász

A képzés **helyszíne: online ZOOM rendszeren keresztül**

A képzés **díja: 12.000 Ft**

Jelentkezési **határidő: 2025.04.27.**

Képzésben való **részvétel feltétele:** jelentkezési lap visszaküldése, stabil internetkapcsolat, folyamatosan bekapcsolt és működőképes webkamera és mikrofon, jelentkezési díj befizetése.

Információ: e-mail: kepzes.ebredesek@gmail.com, telefon: 06/20-666-3165 (Vida Ágnes)

Ébredések Alapítvány

(1089 Budapest, Kálvária tér 5.)

Felnőttképző nyilvántartásba vételi száma: B/2020/004235

Jelentkezési lap: https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfaq_P-oe5hFHEOVZIW6iU3-CL7zOQwmcD09crDLdR--0ujA/viewform?usp=sharing