



PSYCHODIA

centrum badań i usług psychologicznych

Specjalistyczne szkolenie

**Podstawy komunikacji interpersonalnej oraz
perswazyjnej z treningiem asertywności i
autoprezentacji**

LP	RAMOWY PROGRAM SZKOLENIA	GODZ.
I.	PODSTAWY KOMUNIKACJI INTERPERSONALNEJ I PERSWAZYJNEJ	5godz.
a)	Rodzaje i obszary komunikacji ludzkiej	
b)	Cechy dobrego komunikatu i poziomy komunikowania się ludzi	
c)	Wybrane koncepcje i style komunikowania się	
d)	Typy, poziomy i bariery aktywnego słuchania	
e)	System reprezentacji – wzrokowcy, słuchowcy, kinestetycy	
f)	Klasyfikacja i zadania komunikacji niewerbalnej	
g)	Proksemika – nauka o zależnościach przestrzennych	
h)	Funkcje komunikacji kinezyjnej	
i)	Funkcje komunikacji niewerbalnej	
j)	Typy i fazy komunikowania perswazyjnego	
II.	KOMUNIKACJA SPOŁECZNA – INGRACJACJA I AUTOPREZENACJA	3 godz.
a)	Pozytywna i negatywna autoprezentacja	
b)	Autoprezentacja bezpośrednia i pośrednia	
c)	Pierwsze wrażenie	
d)	Autoprezentacja werbalna i niewerbalna w rozmowie o pracę	
III.	ASERTYWNOŚĆ W EFEKTYWNEJ KOMUNIKACJI	2 godz.
a)	Zachowania asertywne i nieasertywne	
b)	Wyrażanie uczuć pozytywnych i negatywnych	
c)	Techniki asertywne	

Cel szkolenia: Zdobyć wiedzy i umiejętności w zakresie

Uczestnik szkolenia pozna zasady komunikacji interpersonalnej oraz perswazyjnej. Będzie potrafił zastosować techniki asertywne. Zdobędzie umiejętność budowania pozytywnej autoprezentacji.

Liczba godzin: 10

Moduł 1

PODSTAWY KOMUNIKACJI PERSWAZYJNEJ



Komunikacja interpersonalna definicje

- proces wymiany informacji między co najmniej dwiema osobami;
 - podstawa interakcji międzyludzkiej;
 - ma charakter sprzężenia zwrotnego.
1. Rodzaje komunikacji ze względu **na sposób przekazywania wiadomości:**
 - niewerbalna i werbalna
 - ustna i pisemna
 - pośrednia i bezpośrednia
 2. Rodzaje komunikacji ze względu na charakter relacji nadawca-odbiorca: