

Kovács Katalin

Asszertív kommunikáció Rovinj városában

Nagy örömmre idén látogathattam az „Asszertív kommunikáció – Hogyan kommunikáljunk hatékonyan és erőteljesen, és legyünk győztesek” című kurzust, melyet Horvátországban, Rovinjban tartottak.

Egy olyan kurzuson vettem részt, ahol megtudtam, hogy mi az asszertív kommunikáció fogalma, mikor használjam, kinek hol vannak a határai, hogyan kell „nem”-et mondani, milyen praktikák vannak az agresszív kommunikációval szemben, és ahol mindezt az elméleti tudást a gyakorlatban is kipróbálhatom. A csoportunk egy jó közösséggé vált ebben a 7 napban, ahol bátran elmondhattam a véleményemet és ha nem is értettünk egyet, meg tudtuk beszélni a véleménykülönbségeket. A 10 fős csoportomban felvidéki, vajdasági és magyar kolléganőkkel tanultam együtt, de a többi kurzuson német és spanyol hallgató is részt vett. Az első két napban inkább mint befogadó voltam jelen – a kötelező megnyilatkozásokon kívül – de úgy éreztem, hogy a következő napokban már bátrabban mertem elmondani a véleményemet, észrevételeimet.

Sokat tanultam ez alatt a 7 nap alatt, és a kommunikációm, önismeretem még tovább fejlődhet az itt megszerzett tudásnak köszönhetően.

Az oktatás a Srednja skola Zvane Crnje színvonalasan felszerelt, légkondicionált tantermeiben folyt. A folyosókon vízballonokat helyeztek el, így tudtunk hidratálni a nap során.

Az egyik tanfolyami nap egy networking jellegű foglalkozással, egy szabadulósobával fejeződött be. Az összes kurzuson részt vevő kollégák közül sorsolták ki a szervezők a csapatokat. Egy nagyon színvonalas, izgalmas történet bontakozott ki a játék során, nagyon körmönfont rejtvényekkel.

Számomra a kurzussal szembeni elvárásaim maximálisan teljesültek, sok új kommunikációs technikát ismerhettem meg, kedves, elfogadó és segítőkész kollégákkal tanulhattam együtt, és értékes új kapcsolatokat építettem, mindezt egy gyönyörű városban, a tenger mellett.

Köszönöm, hogy itt lehettem!



