

ERASMUS + COURSE

„Empathic Communication“

Tenerife (Spain)

8.-14.9.2024

V dňoch 8.-14.9.2024 som mal možnosť a príležitosť zúčastniť sa medzinárodného kurzu „Empathic Communication“, ktorý sa konal na Tenerife (Kanárske ostrovy, Španielsko).

Kurz viedla skúsená lektorka Bětka Wójcik, ktorá z priebehu vzdelávania urobila hlboký zážitok pozostávajúci z množstva nových vedomostí, ale najmä praktických skúseností. Cieľom kurzu bolo do hĺbky sa oboznámiť s empatickou komunikáciou založenou na prístupe „Nonviolant Communication“ (NVC) vytvorenom psychológom M. B. Rosenbergom. Postupne sme sa venovali jednotlivým častiam a metódam, všetky teoretické vedomosti sme nacvičovali v praktických situáciách. Prebrali sme spôsoby komunikácie v náročných situáciách ako aj základy nervového systému a jeho vplyvu na komunikáciu.

Kurz poskytol fantastickú príležitosť venovať čas novým metódam a prístupom ku komunikácii. Rozšíril moje vedomosti a zručnosti a spôsoboch komunikácie s rodičmi ako aj deťmi či kolegami. Vďaka fantastickému obsahu kurzu som mal možnosť zažiť nácviky komunikačných stratégií, mať hlboký pohľad na empatiu voči sebe a druhým a rozšíriť si bázu rezilienčných možností.

Všetky nadobudnuté vedomosti a zručnosti sú okamžite využiteľné v praxi vo všetkých oblastiach mojej profesie.

Ďakujem za príležitosť vysielajúcej organizácii (Súkromná základná škola waldorfská), Európskej únii za poskytnutie grantových prostriedkov ako aj koordinátorke programu Erasmus+ Denise Struňákovej za jedinečnú možnosť rozšíriť svoje vzdelanie a odbornosť.

Bratislava, 18.9.2024

Ján Cipár

