

OOZ GROSUPLJE organizira delavnico
»JASNA (NENASILNA) KOMUNIKACIJA«,
v ponedeljek 23.10.2023, s pričetkom ob 09.00 URI,
Dom obrtnikov, Ob Grosupeljščici 1b.

Trajanje: **2 uri**

Lokacija: **Dom obrtnikov, Ob Grosupeljščici 1b**

Izvajalec: **Maja Burgar**

ROK ZA PRIJAVO: 19. oktober 2023

O PREDAVANJU

Komunikacija je veščina, za katero bi bilo idealno, da bi se je naučili že kot otroci, pa se je povečini nismo. Danes je vzrok za marsikatero težavo to, da smo ljudje izgubili stik s sabo, ne poznamo dogajanja v sebi in zato tudi ne znamo izražati svojih želja, ne vemo kaj nas v nekem odnosu sploh moti in namesto stika s sabo ter izražanja, je veliko frustracije, ki se v odnosih potem "seli" od enega k drugemu in ustvarja še več bolečine.

Komunikacija ni samo govorjenje in poslušanje, kot marsikdo ob ti besedi pomisli, jasna komunikacija je naprej stik s sabo, sprejemanje sebe, razumevanje sebe in šele nato pristno izražanje in stik z drugimi in šele taka komunikacija lahko odnose pogloblja.

Delavnica JASNE komunikacije uči orodja, kako priti najprej v stik s sabo, prepoznati svoja čustva in globlje potrebe, se sprejeti in prihajati »iz glave v srce!« ter prek tega dosegati razumevanje, povezanost in enakovrednost v odnosu z drugimi.

Ko jasno in iskreno komuniciram na povezovalen način, si povečam možnosti, da bodo drugi spremenili svoje vedenje, ne glede na to ali poznajo metode povezovalne komunikacije ali ne. Naš namen bo, da raziskujemo in odpremo prostor možnosti za iskanje rešitev, ki lažje in pogosteje izpolnijo potrebe vseh udeležениh in s tem prispevajo h konstruktivnemu obvladovanju konfliktov.

Pomaga osvajati veščine komunikacije po korakih- OD veččin stika s sabo, DO veččin stika z drugimi.

Kaj se boste na delavnici imel/a priložnost naučiti, spoznati, poglobiti:

Prijave se sprejemajo na naslov **OOZ Grosuplje**, Ob Grosupeljščici 1B, 1290 Grosuplje ali po e-pošti ooz.grosuplje@ozs.si. Pri skupinskih izobraževanjih bodo prejete vloge po potrditvi izvedbe izobraževanja s strani OOZ Grosuplje odobrene za celotne stroške izobraževanja. Pri povračilih veljajo pogoji razvidni iz Javnega povabila k sofinanciranju skupinskih izobraževanj in usposabljanj enot malega gospodarstva na področju OOZ v letu 2023, ki je sestavni del te prijave.

- kaj se prav zares dogaja s tabo v neki situaciji - kaj ti govori um, kaj pa srce?
- kako priti skozi in ven iz res močnih občutij (jeza, žalost, strah, ...) brez napadov na druge,
- kaj te sploh moti/zmoti v komunikaciji z neko osebo (ali odnosu nasploh),
- kaj vse povzroča razdor v komunikaciji, pa pogosto niti ne vemo, o kakšna je tvoja komunikacija s sabo in drugimi, o kako upravljati s čustvi sredi intenzivnih situacij,
- kako sprejeti sebe tudi takrat, ko se ne počutiš prijetno in morda nisi najbolj sočutno bitje na svetu,
- kakšne so tvoje potrebe v življenju in s tem pri stiku z drugimi (po katerih se zavedno ali nezavedno neprestano ravnamo)
- kako postaviti meje in kako reči ne na povezovalen način,
- zakaj prihaja do nesporazumov in kako jih učinkovito razreševati,
- kako ustvariti kvalitetno podlago (pogoje) za pristno in jasno komunikacijo,
- kako izraziti tvoje stanje/želje na nenasilen način,
- kako povedati kaj te moti na način, ki spoštuje sogovornika in jača stik namesto, da ga ruši,
- kako zares poslušati in slišati druge (onstran besed, ki jih govorijo),
- kako doseči razumevanje v stiku z drugo osebo,
- kako stati drugim ob strani, brez da bi izgubil/a sebe (resnična empatija),
- kako vnesti v odnose preko komunikacije več pristnosti, živosti in globine...
- kako se povezati s sabo na nivoju, kjer si že povsem v redu (s svojim potencialom) in začeti bolj živeti sebe iz Sebe.

“Nekateri NVC uporabljajo za doseganje sočutja do samega sebe, nekateri za ustvarjanje večje globine svojih osebnih odnosov, spet drugi pa za izgradnjo učinkovitih odnosov na delovnem mestu ali na političnem prizorišču. NVC se po vsem svetu učinkovito uporablja na vseh ravneh komunikacije in v različnih situacijah: intimni odnosi, družine, šole, organizacije in ustanove, terapija in svetovanje, diplomatska in poslovna pogajanja, v konfliktih in sporih kakršne koli narave.”

dr. Marshall Rosenberg (»oče« nenasilne komunikacije)

Delavnica je primerna za popolne začetnike, saj za udeležbo ni potrebno nobeno predznanje. V kolikor ste se s povezovalno/nenasilno komunikacijo že srečali, ste prav tako dobrodošli, saj boste na delavnici imeli možnost znanje še poglobiti in vaditi. V primeru interesa, bomo delavnico ponovili.

O PREDAVATELJICI

Maja Burgar je strastna raziskovalka življenja, s poudarjenim interesom na delovanju ljudi, ljubiteljica narave in vsega živega. Njeno poslanstvo je nuditi podporo posameznikom pri iskanju njim lastne poti, polnosti življenja in zavedanja z namenom povezovanja, sodelovanja, gradnje skupnosti,

Prijave se sprejemajo **na naslov OOO Grosuplje**, Ob Grosupeljščici 1B, 1290 Grosuplje ali po e-pošti ooz.grosuplje@ozs.si. Pri skupinskih izobraževanjih bodo prejete vloge po potrditvi izvedbe izobraževanja s strani OOO Grosuplje odobrene **za celotne stroške izobraževanja**. Pri povračilih veljajo pogoji razvidni iz **Javnega povabila k sofinanciranju skupinskih izobraževanj in usposabljanj enot malega gospodarstva na področju OOO v letu 2023**, ki je sestavni del te prijave.

izboljševanja odnosov in kvalitete življenja. Deluje kot trenerka, vodja, in mama. Po izobrazbi je univ. dipl. ekonomistka in že več kot 15 let izvaja delavnice in vodenje v poslovnem okolju, predvsem v podjetju Hofer.

Izobraževanje je organizirano v okviru Javnega povabila k sofinanciranju izobraževanj in usposabljanj enot malega gospodarstva na področju OOO Grosuplje v letu 2023, ki ga sofinancirata tudi občini Grosuplje in Dobropolje. **Posledično je udeležba na seminarju za upravičence subvencionirana**. Upravičenci do subvencionirane udeležbe:

- vsi člani OOO Grosuplje,
- vsi samostojni podjetniki ali podjetja v zasebni lasti z do 50 zaposlenimi s sedežem na območju občine Grosuplje,
- vsi samostojni podjetniki ali podjetja v zasebni lasti s sedežem v občini Dobropolje.

Vsi ostali udeleženci plačajo polno ceno 35,00 EUR (DDV vključen) na udeleženca.

Vašo izpolnjeno prijavnico, ki jo najdete v nadaljevanju, skupaj z morebitnim potrdilom o plačilu, katerega izvedite na tekoči račun OOO Grosuplje, SI56 6000 0000 0052 160, pošljite na OOO Grosuplje, Ob Grosupeljščici 1b, 1290 Grosuplje ali po e-pošti na ooz.grosuplje@ozs.si. Za dodatne informacije pokličite 01 786 51 30



PRIJAVA na izobraževanje »JASNA (NENASILNA) KOMUNIKACIJA« (izpolnite z velikimi tiskanimi črkami)

Naziv podjetja/s.p.: _____ **Ime in priimek zastopnika podjetja/s.p.:** _____

Naslov podjetja/s.p.: _____ **Pošta:** _____

Matična številka podjetja/s.p.: _____ **Davčna št. podjetja/s.p.:** _____ **Davčni zavezanec (obkroži):** DA NE

Občina podjetja/s.p.: _____

Oblika izobr. (obkroži): individualno skupinsko **Član OOO Grosuplje (obkroži):** Da Ne **E- naslov:** _____

IME in PRIIMEK udeleženca/ke	Telefon udelež.	Naziv oz. vsebina izobraževanja	Termin	Polna cena izobraževanja (z DDV)	% oz. znesek povračila (izpolni OOO Grosuplje)
		JASNA (NENASILNA) KOMUNIKACIJA	23.10.2023		
				Plačil SKUPAJ	

IZJAVA

Podpisani zastopnik podjetja/s.p. z sedežem v občini _____ izjavljam, da za iste storitve, ki jih koristim po tej vlogi, ne prejemam finančne pomoči po drugih predpisih in da skupaj s tokratno pomočjo in vrednostjo doslej prejetih pomoči v obdobju zadnjih treh (3) let ne presegam zneska 100.000,00 € v sektorju transporta oz. 200.000,00 € bruto v drugih gospodarskih dejavnostih, skladno s pravilom »de minimis«. V primeru ugotovitve neresničnosti te izjave, se zavežem prejeta sredstva iz te vloge vrniti.

Ravno tako sem seznanjen z vsebino Javnega povabila k sofinanciranju izobraževanja in usposabljanja enot malega gospodarstva na področju OOO Grosuplje v letu 2023, ki je sestavni del te prijave.

Podatki prijave se zbirajo in uporabljajo za potrebe obveščanja o sami izvedbi naročene storitve in jih bo upravljavec (OOO Grosuplje) posredoval v uporabo izvajalcu delavnice ter za namene sofinanciranja storitve tudi pristojni občini, v kateri ima podjetje/s.p. poslovni sedež. Podatke prijave OOO Grosuplje zbira in obdeluje za potrebe izdaje računa in se po Zakonu o davku na dodano vrednost hranijo 10 let.

SOGLAŠAM, da OOO Grosuplje uporabi moje podatke iz prijave za namene obveščanja o novicah do preklica. Seznanjen sem, da lahko kadarkoli pisno na naslov OOO GROSUPLJE, Ob Grosupeljščici 1B, 1290 Grosuplje, ali preko ooz.grosuplje@ozs.si, zahtevam, da OOO Grosuplje v 15 dneh preneha uporabljati posredovane osebne podatke za namene obveščanja o novicah.

Kraj in datum: _____

Žig

Podpis zastopnika podjetja: _____

Prijave se sprejemajo na naslov OOO Grosuplje, Ob Grosupeljščici 1B, 1290 Grosuplje ali po e-pošti ooz.grosuplje@ozs.si. Pri skupinskih izobraževanjih bodo prejete vloge po potrditvi izvedbe izobraževanja s strani OOO Grosuplje odobrene za celotne stroške izobraževanja. Pri povračilih veljajo pogoji razvidni iz Javnega povabila k sofinanciranju skupinskih izobraževanj in usposabljanj enot malega gospodarstva na področju OOO v letu 2023, ki je sestavni del te prijave.