



ΓΡΑΦΕΙΟ ΔΙΑΣΥΝΔΕΣΗΣ

Πάροδος Αριστοτέλους 18, 26 335, Πάτρα

☎ career@eap.gr ☎ 2610 367675

Εργαστήριο ομαδικής συμβουλευτικής Ανάπτυξη κοινωνικών δεξιοτήτων

«Δεξιότητες επικοινωνίας Γνωριμία με την αυτοεπιβεβαιωτική συμπεριφορά»

Το εργαστήριο αυτό απευθύνεται σε φοιτητές και αποφοίτους του ΕΑΠ που ενδιαφέρονται να αναπτύξουν τις δεξιότητες επικοινωνίας στην επαγγελματική τους ζωή.

Θεματολόγιο εργαστηρίου

- Τρόπος σκέψης και συμπεριφορά
- Τα αρνητικά γνωστικά σχήματα
- Οι αυτόματες σκέψεις
- Παθητική-επιθετική συμπεριφορά
- Αυτοεπιβεβαιωτική συμπεριφορά
- Εφαρμογές

Στόχοι εργαστηρίου (για τους συμμετέχοντες):

- να προσδιορίσουν λανθασμένους τρόπους σκέψης και συμπεριφοράς
- να αναγνωρίσουν νέους τρόπους αποτελεσματικής επικοινωνίας στις επαγγελματικές σχέσεις
- να εξοικειωθούν με την αυτοεπιβεβαιωτική συμπεριφορά και με την υγιή έκφραση των συναισθημάτων
- να υιοθετήσουν και να χρησιμοποιήσουν νέες μορφές συμπεριφοράς που βελτιώνουν την ποιότητα των επαγγελματικών σχέσεων.

Εκπαιδευτική Μεθοδολογία: Ενεργητικές τεχνικές (εργασία σε ομάδες, βιωματικές ασκήσεις, παιχνίδι ρόλων)

Εισηγήτρια: Κουπαρούσου Μαριλένα*, Ψυχολόγος (ΜΑ) Σύμβουλος Σταδιοδρομίας ΓΔ ΕΑΠ

Τόπος: Παράρτημα του Ελληνικού Ανοικτού Πανεπιστημίου, Αθήνα, Λεωφ. Συγγρού 23, πλησίον μετρό Ακρόπολη.

Ημερομηνία: Τρίτη, 26 Ιουνίου 2012

Θα διεξαχθούν δύο τμήματα τις ακόλουθες ώρες:
11.00-14.00 και 16.30 -19.30

Για δηλώσεις συμμετοχής και επιλογή ώρας συμπληρώστε τη [φύρμα](#).

Λόγω του περιορισμένου αριθμού συμμετεχόντων (10-20 άτομα), θα τηρηθεί σειρά προτεραιότητας. Η συμμετοχή είναι δωρεάν.



ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΑΝΟΙΚΤΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ

ΓΡΑΦΕΙΟ ΔΙΑΣΥΝΔΕΣΗΣ

Πάροδος Αριστοτέλους 18, 26 335, Πάτρα

career@eap.gr ☎ 2610 367675

() Η κ. Μαριλένα Κουπαρούσου είναι Ψυχολόγος (Μα), Σύμβουλος Σταδιοδρομίας και εργάζεται στην Εκπαίδευση Ενηλίκων από το 2003. Έχει συντονίσει εργαστήρια συμβουλευτικής για επαγγελματίες, για ομάδες εκπαιδευτικών της α/θμιας και β/θμιας εκπαίδευσης, για ανέργους και άλλες ευπαθείς ομάδες.*