

Sprievodca svetom emócií

KEDY: 3. 4. 2025 o 8:30
KDE: Miestnosť C-025
Pedagogická fakulta
UMB
Ružová ul. 4



Mgr. Miroslav Šimkovič
je psychológ, absolvent
psychoterapeutického výcviku v
Psychoterapii orientovanej na
proces. Pôsobí aj ako supervízor v
pomáhajúcich profesiách a lektor
vzdelávacích programov.



Na workshope *Sprievodca svetom emócií* budeme skúmať svet emócií a spôsoby, ako ich si ich uvedomiť a rozpoznať. Budeme tiež skúmať svoje postoje k nim, hľadať ich skrytý zmysel a tiež to, ako ich pretvoriť na niečo, čo nás môže obohatiť a pomôcť nám lepšie spoznať seba samých a ľudí vôkol nás.

Workshop *Sprievodca svetom emócií* ponúka účastníkom aktivity, rozširujúce kompetencie pre zvládanie emócií a účasť na ňom možno ponímať ako krok k zlepšeniu emocionálnej inteligencie (EQ). Postupy a aktivity, ponúkané na workshope, vychádzajú najmä z teórie a praxe psychológie orientovanej na proces Dr. Arnolda Mindella.