

Програма вебінару

“Розмова, яка не раниць: що таке асертивне спілкування”

Форма проведення: онлайн-вебінар

Цільова аудиторія: викладачі закладів освіти

Тривалість: 60–90 хвилин

Дата проведення: 30.03.2026

Мета вебінару:

Ознайомити учасників із принципами асертивного спілкування, сформувати розуміння ефективних моделей взаємодії та надати практичні інструменти для екологічної комунікації в освітньому середовищі.

Завдання вебінару:

розкрити поняття асертивності та її значення у професійній діяльності;

проаналізувати основні стилі спілкування;

сформувати навички асертивної поведінки;

навчити використовувати техніки ефективної комунікації;

сприяти розвитку емоційної усвідомленості у взаємодії.

Хід вебінару:

1. Вступна частина (10 хв)

привітання учасників

знайомство, окреслення очікувань

актуалізація теми (виклики комунікації в сучасних умовах)

2. Теоретичний блок (20–25 хв)

поняття асертивного спілкування

стилі спілкування: пасивний, агресивний, асертивний

ознаки асертивної поведінки

права асертивної особистості

3. Практичний блок (25–35 хв)

техніка «Я-повідомлення»

навички конструктивної відмови

робота з емоціями у спілкуванні

розбір типових ситуацій з освітнього середовища

4. Інтерактивна частина (10–15 хв)

виконання міні-вправи

обговорення відповідей учасників

рефлексія

5. Підсумкова частина (5–10 хв)

узагальнення основних ідей

відповіді на запитання

рекомендації для подальшого розвитку навичок

Очікувані результати:

Після вебінару учасники:

розумітимуть сутність асертивного спілкування;

зможуть розрізняти стилі комунікації;

опанують базові техніки асертивної взаємодії;

отримають практичні інструменти для застосування у професійній діяльності.