



CEPA



**TEORETICKÝ
KURZ**

UMĚNÍ KOMUNIKACE S RŮZNÝMI TYPY OSOBNOSTÍ

JAK POROZUMĚT LIDEM A USPĚT V TÝMU

Získejte klíč k lepší komunikaci a efektivní spolupráci! Naučte se rozpoznat různé typy osobností, přizpůsobit svůj styl komunikace a zvládat náročné situace s přehledem. Osvojíte si dovednosti aktivního naslouchání, budování důvěry a řešení konfliktů, které můžete ihned využít ve své práci.

CÍLE KURZU

- porozumět různým typům osobnosti a dozvědět se, jak ovlivňují chování a komunikaci v pracovním prostředí
- zlepšit komunikační dovednosti
- zjistit, jak zvládat náročné situace a konflikty
- rozvíjet emoční inteligenci
- vytvořit akční plán pro zlepšení komunikace a vztahů na pracovišti

OBSAH KURZU

1. den

- **osobnostní typy v pracovním prostředí** (teoretický výklad o typech osobnosti, práce ve skupinách, jednotlivé typy osobnosti v pracovním prostředí)
- **jak jsem na tom já?** (můj typ osobnosti v pracovním prostředí)
- **komunikace** (co je to komunikace, verbální a neverbální komunikace, naslouchání, rozdíly v komunikaci jednotlivých typů osobností)
- **rozdíly v komunikaci u různých typů osobnosti** (introvert x extravert, logicky založení lidé, emocionální lidé, vliv emocí)
- **závěrečná reflexe, dotazy**

2. den

- **asertivní komunikace, některé osobnostní poruchy v komunikaci, manipulace**
- **komunikace v náročných situacích, konflikty**
- **emoce v komunikaci** (co jsou to emoce – jaké známe, jak se projevují v komunikaci, rozpoznání emocí u druhých, empatie)
- **akční plán** (vytvoření akčního plánu, jak rozvíjet své schopnosti komunikace s druhými)
- **závěrečná reflexe, dotazy**

LEKTOR

Mgr. Marie Nosálková

Psycholožka, koučka a lektorka. Absolventka magisterského oboru psychologie na Univerzitě Palackého v Olomouci. Profesně se věnuje psychologickému poradenství, psychodiagnostice, osobnostnímu rozvoji a individuálnímu koučinku. Působí také na Univerzitě Tomáše Bati ve Zlíně, kde vede semináře z psychologie na Fakultě humanitních studií. Od roku 2023 provozuje také soukromou psychologickou a koučovací praxi. Při práci s klienty klade důraz na osobní přístup, podporu rozvoje a motivaci. Využívá moderní metody a nástroje s cílem nalézt efektivní řešení. V rámci vzdělávání využívá prožitkovou formu, kterou ukotvuje do teoretických základů.



TERMÍNY 2DENNÍHO KURZU

3. 3. a 4. 3. 2025 (8:00 – 15:30)

MÍSTO

Technologické inovační centrum, Vavrečkova 5262, 760 01 Zlín

CENA

7 000 Kč + 21 % DPH