



Název: **SEBEPOZNÁNÍ**

JAK ÚSPĚŠNĚ JEDNAT S LIDMI

Komu je program určen: Pro klienty, kteří se chtějí zdokonalit v jednání s lidmi a využít svých schopností v pracovním i osobním životě.

- Co získáte:*
- § Poznáte své osobnostní předpoklady z hlediska profesního jednání a chování.
 - § Naučíte se lépe odhadnout a posuzovat chování druhých.
 - § Naučíte se pozitivně vést svá jednání.
 - § Získáte praktické návody jednání s problematickými lidmi.
 - § Najdete bariéry v komunikaci a jednání, možnosti, jak je zlepšit.

Obsah programu: **Sebepoznání**

- § Sebepoznání z hlediska osobnostních předpokladů, jak je využít v profesním a osobním životě.
- § Sebeprosazování, způsoby a vliv, včetně omezení ovlivňující náš život.
- § Stereotypy v chování a prožívání, nastavení změny.
- § Stanovení osobních cílů – plán změny.

Úspěšné jednání s lidmi

- § První dojem, posuzování sebe a druhých, nepřesnosti a omyly v odhadu druhých, včetně důsledků na vzájemné vztahy.
- § Komunikace v zátěžové situaci, s problematickou osobností, techniky zvládnutí
- § Analýza a řešení konkrétních situací, trénink modelových situací z praxe účastníků.

Lektor: **Bc. Sylva Mihulová** – zkušená lektorka a trenérka managementu s mnohaletými zkušenostmi z českých i nadnárodních podniků a organizací

Datum a místo konání: 2 dny, 8:00 - 16:00, místo konání a datum dohodou

Garant semináře: Mgr. Marie Křimská, tel.: 597 577 414, email: mkrimska@hmpartners.cz