

Srdečně Vás zveme na první kurz z cyklu zvyšování měkkých dovedností na téma

Jak nebýt „šakalem“ komunikační trénink

Komu je kurz určen?

◆ **Vědeckým, akademickým a administrativním pracovnícím/kům,** kteří vedou nebo se připravují na vedení pracovních skupin a řešitelských týmů

Kdo je přednášející?



◆ **Mgr. Ivana Šindlerová,**

lektorka, psychoterapeutka a koučka. Z manažerské role se v roce 2016 přesunula do konzultační činnosti. Je propagátorkou time managementu IV. generace. Klienty a klientky podporuje při hledání motivace a zdravého sebevědomí. Nabízí pouze to, co má ověřeno vlastní praxí. Psychoterapeutické centrum TAVIA, www.tavia.cz

Kdy a kde?

◆ **v pondělí 8. července 2019 od 9:00 do 13:00 hod,**

v historické knihovně VŠCHT Praha , A201, Technická 5, Praha 6 - Dejvice

Anotace kurzu

◆ **Žijte a pracujte naplno... a v klidu.**

Komunikace je věčné téma. Chceme zvládat konflikty. Toužíme umět ustát kritiku i pochvalu. Potřebujeme sdělovat nepříjemné věci přijatelným způsobem. Rádi bychom to vše zvládali s elegancí. Podívejme se tedy na komunikaci trochu jinak. Na komunikačním tréninku nejprve zjistíte, jaký je váš komunikační styl. Identifikujete jeho přednosti i případné slabiny. Představíme si také pět komunikačních stylů, mezi kterými si vždy můžeme vybrat ten pravý. Zkusíme si nacvičit empatické naslouchání, abychom viděli, že poslouchat druhého je stejně důležité jako něco sdělovat. V závěru budeme trénovat, jakým způsobem se prosadit, aby to bylo v souladu s naší přirozeností. Z tréninku si odnesete praktické tipy do každodenních situací.

◆ **Registrace a kontaktní osoba:**

Z kapacitních důvodů se prosím zaregistrujte na <https://researchapp.vscht.cz/seminars>, případně potvrďte svou účast e-mailem na anna.mittnerova@vscht.cz, tel 220 443 675.