



Emoce (2D) **specifika a využití v praxi**

Komu je program určen:	Těm, kdo chtějí lépe komunikovat s druhými i sami se sebou
Co získáte pro praxi:	<ul style="list-style-type: none">▪ Aplikovatelné pochopení souvislostí a významu verbální, neverbální a paraverbálních složek komunikace▪ Znalosti a dovednosti profesionálních pozorovatelů▪ Principy vyjednávání uplatnitelné v pracovních podmínkách i v soukromí▪ Srozumitelné příklady, dobře využitelná přirovnání, praktické návody a individuální doporučení▪ Podklady pro dotvoření účinných komunikačních dovedností
Obsah programu:	<ul style="list-style-type: none">▪ Nástin a praktický nácvik základních strategií a technik směřující k efektivnímu využívání schopností a dovedností (s přesahem k empatii, recipatii či sebereflexi a intuici); koncentrativní techniky a postupy, emočně stabilizující cvičení, techniky pro zvládání emocí (hněvu, úzkosti), zdraví podporující pracovní a sociální návyky▪ Koncept emoční inteligence (EI/EQ – D. Goleman) a obecně sociální inteligence (Piaget, Thorndike, Humphrey ad.)▪ Základní dělení konceptu (vnímání emocí, používání emocí, porozumění emocím, zvládání emocí)▪ Leadership založený na EI – základní principy a aplikace: sebe-uvědomování, sebe reflexe, sebe-ovládání, seberegulace, sociální schopnosti a dovednosti, empatie, recipatie, motivace▪ Screening, základní jednoduchá diagnostika EI/EQ▪ Přidružená témata: mobbing, bossing, staffing, bullying, motivace a vyjednávání; win-win strategie, zvládání konfliktů, asertivita, pozitivní psychologie, silné stránky osobnosti, sedm návyků efektivních lidí (Covey), naučená bezmocnost (Seligman)▪ Kazuistické příklady z praxe lektora, účastníků/ic, z literatury (vč. medializovaných případů a patologie)▪ Praktický nácvik technik sociální komunikace se zaměřením na analýzu emocí s využitím PC a dalších technologií (audio/videonahrávka) - založených na přímé sociální interakci mezi účastníky/icemi, řízené modelování soc. situací, psychodramatu apod.▪ Principiální podněty pro další seberozvoj účastníků/ic v oblasti EI (podněty z praxe, online zdroje, diskuze, mentoring/coaching aj.)▪ Průběžná interaktivní diskuze a individuální doporučení
Rozsah:	1 den, od 9:00 do 17:00 hod. (s přestávkou na oběd)
Forma:	osobní, příp. online (webinář)
Jazyk:	čeština / angličtina
Lektor:	PhDr. Pavel Humpolíček, Ph.D.
Návrh termínu a místa:	Termín a místo dle dohody
Kontakt:	Ing. Zdeněk Michálek, tel. 606 760 130, Mail: zmichalek@hmpartners.cz