

TRÉNINKY, WORKSHOPY, SEMINÁŘE

Komunikační dovednosti

Mezilidská komunikace je základním kamenem všech vztahů, ať pracovních nebo osobních. Efektivita naší komunikace se tak přímo promítá do všech oblastí našich životů a má přímý dopad na naši úspěšnost. Tento kurz je koncipován jako prostor pro identifikaci vlastního komunikačního stylu, jeho reflexi a rozšíření individuálních rejs-tříků komunikačních technik.

Cíle

Účastníci budou po absolvování kurzu schopni:

- efektivně verbálně a neverbálně komunikovat
- identifikovat a překonávat komunikační bariéry
- komunikovat sebevědomě, přesvědčivě a vlastním stylem
- přizpůsobovat svůj komunikační styl aktuální situaci
- poskytovat konstruktivní zpětnou vazbu
- komunikovat asertivně
- aktivně naslouchat

Nástroje

Výklad / nácvik v modelových situacích / hraní rolí / videotrénink / práce se studijními materiály / individuální zpětná vazba

Rozsah

2 dny

Obsah kurzu

- definice a složky komunikace, obecná teorie komunikace
- reflexe vlastního komunikačního stylu
- komunikační typologie
- verbální a neverbální prostředky komunikace
- komunikace po telefonu, emailem, tváří v tvář
- aktivní naslouchání, empatie
- konstruktivní zpětná vazba
- efektivní kladení otázek
- asertivita versus agresivita a manipulace
- typické komunikační bariéry
- předsudky a stereotypy

Motto:

„Otevřená komunikace je stejně osvěžující jako šálek dobré kávy. Usíná se po ní ovšem stejně těžko.“
Anne Morrow Lindberg

„Příliš komunikovat s podřízenými je v podstatě nemožné; ještě jsem neslyšel o nikom, kdo by si stěžoval, že je příliš dobře informován.“

Jim Broadhead (FPL Group)