

Sdělování nepříjemných informací může být lehčí, než si myslíme. Objevte principy nenásilné, sebevědomé a asertivní komunikace, která vám umožní cítit se jistěji. Komunikujte nekonfliktně, srozumitelně a s dopadem.

PRO KOHO: manažeři, leadeři, obchodníci, pedagogové, rodiče, personalisté, podnikatelé

OPTIMÁLNÍ VARIANTA: jednodenní trénink, lze i jako dvoudenní nebo jeden den a následný follow up

CENA: jednoden v ČJ lektorné 19 000,- Kč plus DPH + cestovné

Z OBSAHU:

- Osobní filtry, které nám brání v komunikaci a vedou k nedorozumění nebo startují konfliktní jednání
- Jasnost sdělení a srozumitelnost
- Podmínky pro sdělování nepříjemných informací
- Aktivní naslouchání a reagování na to, co je v rozhovoru důležité
- Asertivita a zdravé sebevyjádření
- Kritické situace v rozhovoru a reakce na ně s nadhledem
- Typologie protistrany v rozhovoru pomáhající dohodám
- Jak na manipulaci, nenechte se chytit do pastí druhé strany
- Jak vyčistit pole po vyřešení nepříjemné informace co nejrychleji
- Rozbor a sdílení vašich témat

Lektorka: Mgr. Monika Nevolová

Monika je vzděláním psycholožka. Díky kreativnímu zaměření se realizovala několik let v tištěných a poté v TV médiích, později působila jako creative director vzdělávací společnosti pro manažerské a koučovací programy. Monika je certifikovaným exekutivním a životním koučem, trenérem efektivní komunikace, asertivity, improvizčních dovedností a storytellingu. Její snahou je objevování potenciálu a podporování pocitu tvůrce v každém z nás, chuť komunikovat v pohodě a s nadhledem a využití nenásilné komunikace místo soutěživosti.

Reference a další informace: www.umenivpraci.cz



Způsob vaší komunikace může zásadně ovlivnit váš úspěch a efektivitu. Naučte se, jak formulovat své myšlenky a záměry tak, aby je druzí přijali a abyste vzbuzovali důvěru pro jakékoliv jednání, třeba i na náročné téma. Spolupracující komunikace s nadhledem a dopadem, to je, oč tu běží.

PRO KOHO: manažeři, leadeři, obchodníci, pedagogové, rodiče, personalisté, podnikatelé, firemní tým

OPTIMÁLNÍ VARIANTA: jednodenní trénink, lze i jako dvoudenní nebo jeden den a následný folow up

CENA: jednoden v ČJ lektorné 19 000,- Kč plus DPH + cestovné

Z OBSAHU:

- Osobní filtry, které nám brání v komunikaci
- Storytelling jako nástroj důvěry, srozumitelnosti, stručnosti i záměrnosti
- Jak být zapamatovatelný a zaujmout
- Aktivní naslouchání a reagování na to, co je v rozhovoru důležité
- Kvalitní rozhovor - nutné podmínky
- Kritické situace v rozhovoru, reakce na náročná témata s nadhledem
- Typologie sociálních potřeb pomáhající dohodám
- Koučovací dovednosti v rozhovoru
- Motivace, čas, energie
- Zdravá zpětná vazba (plus i minus)
- Rozbor a sdílení vašich témat



Lektorka: Mgr. Monika Nevolová

Monika je vzděláním psycholožka. Díky kreativnímu zaměření se realizovala několik let v tištěných a poté v TV médiích, později působila jako creative director vzdělávací společnosti pro manažerské a koučovací programy. Monika je certifikovaným exekutivním a životním koučem, trenérem efektivní komunikace, asertivity, improvizčních dovedností a storytellingu. Její snahou je objevování potenciálu a podporování pocitu tvůrce v každém z nás, chuť komunikovat v pohodě a s nadhledem a využití nenásilné komunikace místo soutěživosti.

Reference a další informace: www.umenivpraci.cz

Ovládněte umění storytellingu a vytěžte z něj maximum. Trénink, který umožní vést kvalitní rozhovory, naslouchat, v krátkém čase vystavět a vytvořit sdělení, které každý pochopí a které bude mít dopad. Díky příběhům budete komunikovat srozumitelně, přesvědčivě a smysluplně, a budete mít významnější vliv na výsledek každé vaší komunikace.

PRO KOHO: manažeři, leadeři, obchodníci, pedagogové, rodiče, personalisté, podnikatelé, firemní tým

OPTIMÁLNÍ VARIANTA: jednodenní trénink, lze i jako dvoudenní nebo jeden den a následný follow up

CENA: jednoden v ČJ lektorné 19 000,- Kč plus DPH + cestovné

Z obsahu:

- Storytelling: základní struktura KAVA jako ideální kostra a její využití od obchodní schůzky, po jednání, rozhovor či poradu, reporty, prezentace, příběh v prodeji apod.
- Záměrnost a vliv v komunikaci, srozumitelnost a jasnost, umění stručnosti
- Jak se lépe díky příběhům ptát a získat více informací?
- Dynamika - jak být zajímavý, odlišit se, přitáhnout pozornost, zůstat zapamatovatelný
- Typologie komunikačního partnera - kdo je můj posluchač a jakou to hraje roli?
- Kreativita v tvoření nových příběhů
- Co je v rozhovoru důležité - improvizální principy v komunikaci, zvláště při změnách, námitkách či nepohodě v rozhovoru či v prezentaci
- Nácvik, rozbor a sdílení vašich témat a konkrétních situací



Lektorka: Mgr. Monika Nevolová

Monika je vzděláním psycholožka. Díky kreativnímu zaměření se realizuje v tištěných i v TV médiích (dramaturg, kreativního producent), působila rovněž jako creative director vzdělávací společnosti pro manažerské a koučovací programy. Je certifikovaným exekutivním a životním koučem, trenérem komunikace a improvizálních dovedností a storytellingu. Zmiňované oblasti školí vždy s důrazem na praktičnost a školí je více než deset let. Na téma storytelling jí ve vydavatelství Grada vyšla kniha: Přestaň prezentovat, začni vyprávět. www.umenivpraci.cz



Vyladte prezentační dovednosti díky super trikům!
Výbušná kombinace disciplín – storytellingu,
stand-up comedy, improvizace a mluveného projevu.
Proměňte obyčejný příběh ve strhující vystoupení, které
publikum nejen zaujme, rozesměje i zasáhne.
Posuňte své prezentační dovednosti na další úroveň.

PRO KOHO: leadeři, lektori, učitelé, moderátoři, kdokoliv,
kdo vystupuje před lidmi a chce mít vliv

OPTIMÁLNÍ VARIANTA: jednodenní trénink, prot aplikaci naučených
nástrojů a vlastní showtime doporučujeme také jako dvoudenní

CENA: jednoden v ČJ lektorné 19 000,- Kč plus DPH + cestovné

Z obsahu:

Co chci říct? Komu? A proč?

Kde se rodí přesvědčivost?

Kolik toho mám říkat?

Prezentace jsi ty, ne
powerpoint!

Kouzlo první věty

Jak naladit své tělo i mysl

Potíže, trapasy, tréma

Publikum – Jak zařídit, aby mě
poslouchali? Jak se s nimi spojit?

Dynamika – hlas, tělo, emoce

Rytmus a timing

Humor ano, vtipy ne

Jak se neztratit v obsahu

Jak se bavit tím, co říkám

Tahák na závěr

Lektorka: Mgr. Monika Nevolová

Původně vzděláním psycholožka. Díky kreativnímu zaměření se ale realizovala několik let v tištěných médiích a poté v TV médiích na pozicích dramaturga, kreativního producenta a content development managera (ČT, TV NOVA), později působila jako creative director vzdělávací společnosti pro manažerské a koučovací programy. Monika je certifikovaným exekutivním a životním koučem, trenérem komunikace a improvizčních dovedností a storytellingu. Její celoživotní snahou je objevování potenciálu a podporování pocitu tvůrce v každém z nás. Její workshopy jsou vždy interaktivní. Stand up comedy a principy humoru sleduje a už pár let rozebírá na prvočástky, aby zjistila, jak dodat šmrnc svým sdělením, okořenit humorem svůj projev a nebát se vlézt před mikrofon a zaujmout druhé! Monika je autorkou několika knih, ty poslední jsou o vypravěčském řemesle a o humoru.

www.umenivpraci.cz



Interaktivní a zábavný trénink, který je ideální jako teambuilding, podpoří tým v přijetí nových lidí i změn, a pomůže týmu vidět potenciál účastníků i příležitosti k růstu. Pozitivní mindset a proaktivita jako prevence vyhoření i jako cesta k naladění se na klienta, cesta k úspěchu a rozšiřování obchodních příležitostí.

PRO KOHO: jakýkoliv tým

OPTIMÁLNÍ VARIANTA: 3 - 6 hodin hravých aktivit a reflexe

CENA: od 10 000 do 15 000,- Kč plus DPH + cestovné

Z OBSAHU:

- Potkej se v hravých aktivitách s osobními filtry (chyba, ego, nenaslouchání, stereotypy)
- Improvizační principy pro pohotové a lepší zpracování změn
- Pozitivní přístup a mindset
- Otevřená komunikace
- Spolupráce v týmu, respekti k rozdílnosti
- Nadhled a energie
- Zábava, hravost a uvolnění

Lektorka: Mgr. Monika Nevolová

Monika je vzděláním psycholožka. Díky kreativnímu zaměření se realizovala několik let v tištěných a poté v TV médiích, později působila jako creative director vzdělávací společnosti pro manažerské a koučovací programy. Monika je certifikovaným exekutivním a životním koučem, trenérem efektivní komunikace, asertivity, improvizačních dovedností a storytellingu. Její snahou je objevování potenciálu a podporování pocitu tvůrce v každém z nás, chuť komunikovat v pohodě a s nadhledem a využití nenásilné komunikace místo soutěživosti.

Reference a další informace: www.umenivpraci.cz



Restart pro tělo, duši i mysl. Odpočiňte si od vnějšího tlaku, hluku a výkonu. Objevte jednoduché a funkční způsoby, jak znovu navázat kontakt sám/a se sebou, se svými potřebami, emocemi a hodnotami. Nalezněte vnitřní klid, radost a lehkost v každodenním životě. Kurz je praktický, laskavý a hravě zážitkový. Odnesete si konkrétní techniky, které můžete začít používat hned.

PRO KOHO: kdokoliv

OPTIMÁLNÍ VARIANTA: jednodenní trénink

CENA: jednoden v ČJ lektorné 19 000,- Kč plus DPH + cestovné

Z OBSAHU:

- Osobní filtry, které nám brání žít v nadhledu
- Zastavení a zklidnění
- Improvizační principy pro spokojený život a překonávání negativních situací
- Základní principy osobní spokojenosti
- Jak si zajistit svojí zónu komfortu
- Emoce jako kompas
- Jak se zbavit svých sabotérů
- Pozitivní přístup, otevřená mysl
- Vědomé volby
- Práce s energií a časem
- Reflexe a sdílení
- Mininávyky a tahák pro každodenní využití

Lektorka: Mgr. Monika Nevolová

Monika je vzděláním psycholožka. Díky kreativnímu zaměření se realizovala několik let v tištěných a poté v TV médiích, později působila jako creative director vzdělávací společnosti pro manažerské a koučovací programy. Monika je certifikovaným exekutivním a životním koučem, trenérem efektivní komunikace, asertivity, improvizačních dovedností a storytellingu. Její snahou je objevování potenciálu a podporování pocitu tvůrce v každém z nás, chuť komunikovat v pohodě a s nadhledem a využití nenásilné komunikace místo soutěživosti.

Reference a další informace: www.umenivpraci.cz



Humor patří do týmů, firem i do vašeho projevu. Chcete se naučit okořenit vtipem své prezentace, vyprávění nebo příspěvky na sociálních sítích? Chcete pohotově reagovat a glosovat to, co se děje kolem vás? Chcete přidat víc humoru do svých sdělení?

PRO KOHO: manažeři, leaderi, obchodníci, pedagogové, rodiče, personalisté, podnikatelé, firemní tým, kdokoliv

OPTIMÁLNÍ VARIANTA: jednodenní trénink, lze i jako dvoudenní nebo jeden den a následný follow up s showtimem

CENA: jednoden v ČJ lektorné 19 000,- Kč plus DPH + cestovné

Z OBSAHU:

Principy stand up comedy a humoru

Rovnice vtipnosti

Hledání tématu

Práce s tématem, rozpracování, aplikace kreativních technik

Zevtipňující elementy - kreativní hry a elementy

6P humoru

Projev a styl

Dynamické prvky při práci s publikem

Téma tělo a tréma

Showtime, trénink a zpětná vazba

Tahák triků + tipy, jak dostat více humoru do práce nebo svého okolí

Lektorka: Mgr. Monika Nevolová

 Původně vzděláním psycholožka. Díky kreativnímu zaměření se ale realizovala několik let v tištěných médiích a poté v TV médiích na pozicích dramaturga a kreativního producenta (ČT, NOVA, PRIMA), působila také jako creative director vzdělávací společnosti pro manažerské a koučovací programy. Monika je certifikovaným exekutivním a životním koučem, trenérem komunikace a improvizčních dovedností, storytellingu a stand up comedy. Její workshopy jsou vždy interaktivní. Stand up comedy a principy humoru sleduje a už pár let rozebírá na prvočástky, aby zjistila, jak dodat šmrnc svým sdělením, okořenit humorem svůj projev a nebát se vlézt před mikrofon a zaujmout druhé! Monika je autorkou několika knih, ty poslední jsou o vypravěčském řemesle a o humoru. www.umenivpraci.cz

VELKÁ KOMUNIKAČNÍ SÉRIE

Naučte se komunikovat s lehkostí, předávat záměr tak, aby byl dokonale pochopen, prodávat dobrou myšlenku, aby byla přijata a vyvolala pozitivní reakce okolí. Trénujte ve vaší uzavřené skupině v sérii workshopů důležité principy storytellingu a improvizace, abyste se už nikdy necítili ztraceni v obsahu nebo zaskočení. Prezentujte výsledky své usilovné práce s dostatečným zápalem, sebevědomím a zajímavě, a získejte si své potenciální “publikum”.

PRO KOHO: jakýkoliv tým nebo skupina jednotlivců

OPTIMÁLNÍ VARIANTA: série setkání 2,5 hod v pravidelné dohodnuté frekvenci jako kontinuální akademie růstu

CENA: závisí na počtu setkání, jedno setkání 5000,- plus DPH + cestovné

Z OBSAHU:

základy storytellingu jako efektivního nástroje na přípravu textů i sdělení struktury, které obratně využijete pro různé typy příspěvků a sdělení dynamika v psaném i mluveném projevu, zapamatovatelnost srozumitelnost, atraktivita a dostupnost sdělení přenášení našich témat do jazyka běžné veřejnosti jak předat záměr, aby měl dopad, prodej příběhem osobní příprava, tréma, zapojení posluchače/klienta jak se nenechat zaskočit (improvizace)

**jak si poradit s komunikací, když se stává nepříjemnou, nebo když to “vážne”
jak naložit s obsahy a prezentacemi, aby byly zajímavé
návěst a rozbor a tipy pro vaše reálné sebeprezentace na různých místech**

Lektorka: Mgr. Monika Nevolová

Monika je vzděláním psycholožka. Díky kreativnímu zaměření se realizovala několik let v tištěných a poté v TV médiích, později působila jako creative director vzdělávací společnosti pro manažerské a koučovací programy. Monika je certifikovaným exekutivním a životním koučem, trenérem efektivní komunikace, asertivity, improvizčních dovedností a storytellingu. Její snahou je objevování potenciálu a podporování pocitu tvůrce v každém z nás, chuť komunikovat v pohodě a s nadhledem a využití nenásilné komunikace místo soutěživosti. Reference a další informace: www.umenivpraci.cz

