



**19.3. - 23.4. 2025, 18:30-21:00**

**(6 středečních setkání)**

Komunitní centrum Matky Terezy, Praha-Háje

## CESTA EFEKTIVNÍ KOMUNIKACE

Cesta efektivní komunikace je praktický kurz, který je cestou k posílení sebe sama v komunikaci, zvýšení komunikační obratnosti, k vzájemnému porozumění a lepším vztahům.

Kurz obsahující 6 setkání je určen široké veřejnosti a je zaměřen především na vztahovou komunikaci a seberozvoj s velkým přesahem i do profesní a společenské oblasti života.

### **Kurz:**

- O tom, co nejvíce ovlivňuje náš obvyklý způsob komunikace.
- O hledání našich přesvědčení, motivací a cílů.
- O našich komunikačních návycích, temperamentu a různosti.
- O neefektivních způsobech komunikace a hledání lepší cesty.
- O dovednosti naslouchat, sdělovat se a o umění povzbuzovat.
- O emocích, konfliktech a řešení problémů.

Informace a přihlašování  
[www.rodinnecentrum.cz](http://www.rodinnecentrum.cz)



**RODINNÉ  
CENTRUM  
PRAHA**