



## Nabídka

---

# PSYCHOHYGIENA A KOUČOVACÍ MASKY II.

**Lektor: Jiří Pokorný, Petr Starý**

---

**Dodavatel:** Jiří Pokorný, Francouzská 61, 307 04 Plzeň  
**IČO:** 49783271  
**DIČ:** CZ 6806081986  
**Peněžní ústav:** ČSOB  
**č. účtu:** 279861843/0300

Ostrovského 3/253, 150 00 Praha 5  
Slovanská 1135/100, 326 00 Plzeň  
Tel. +420 603 804 730  
<http://www.agentura-perseus.cz>  
[email: info@agentura-perseus.cz](mailto:info@agentura-perseus.cz)

---

**Určeno:** účastníkům programu Psychohygiena a koučovací masky I.  
(skupina do 14 osob)  
**Rozsah:** 4,5 hodiny, 13.00 – 17.30 hod.  
**Termín:** 11. listopad 2015  
**Místo:** **Institut zdravého životního stylu s.r.o.**, Veverkova 1229/9, Praha 7

**Cíle:**

- reflexe k používání technik z minulého programu
- upevnění změny masky a nové sebepoznání

**Metodika:**

- supervize konkrétních situací
- pohybové zážitkové hry s koučovacími maskami
- nácvik obrany proti manipulaci

**Cena za osobu 1.500,- Kč ( bez 21% DPH )**  
**1.815,- Kč včetně 21% DPH.**

Obsah:

## **Psychohygiena**

- reflexe používání technik úlevových
- falešný kruh prožívání
- posilování frustrační tolerance

## **Manipulace**

- definice manipulace
- manipulativní techniky v praxi
- 8 účinných obran proti manipulátorovi

## **Koučovací masky**

- manipulátor v masce
- obrana firemního prostoru proti konkurenci
- improvizace s maskou a s publikem