

Typologie MBTI 3

– komunikační styly, stres a seberozvoj



Program semináře:

- 1. Komunikace symbolicky (obrázek)** – souvislost s aspekty mé vlastní komunikace
- 2. Ohlédnutí: dosavadní zkušenosti s typologií MBTI a pohled zpět - obecné zákonitosti typologie MBTI** dle teorie typů C. G. Junga, evokace základních pojmů (psychické funkce Ne, Se, Ni, Si, Te, Fe, Ti, Fi, temperamenty, evokace vlastního typu osobnosti).
- 3. Komunikace a mé osobnostní preference E/I, S/N, T/F, J/P – naše silné stránky v týmu** (introspektivní list, popisy dimenzí osobnosti ve vztahu ke komunikaci a typy pro komunikaci s odlišnými typy).
- 4. Cvičení na rozvoj 8 psychických funkcí Ne, Se, Ni, Si, Te, Fe, Ti, Fi:** aktivity rozvíjející jednotlivé psychické funkce a jejich vliv na osobní i profesní život.
- 5. Stres jako projev inferiorní funkce dle MBTI (osobnostní typ z pohledu stresu)**
 - a) Významné rysy 8 psychických funkcí (jak vypadají ve stavu psychické rovnováhy jako funkce dominantní)
 - b) Energizéry (co jednotlivé typy motivuje a „nabíjí“)
 - c) Inferiorní funkce a její projevy u jednotlivých typů ve stresu, spouštěče inferiorní funkce
 - d) Stresory (co jednotlivé typy přivádí do stresu)
 - e) Reakce ve stresových situacích, chronický stres
 - f) Zdroje a řešení stresu - cesty k navrácení do rovnováhy.
- 6. Reflexe** v osobní i profesní oblasti – sebehodnocení a osobní záměr.

Cíle semináře - účastníci:

- uvědomí si, jak se v komunikaci projevují, jak působí na ostatní – jak to souvisí s jejich osobnostními preferencemi dle MBTI (E/I, S/N, T/F, J/P) a v čem mohou vycházet v komunikaci vstříc lidem odlišných preferencí, odhalí své možnosti rozvoje vzhledem k větší efektivitě v komunikaci,
- účastníci si vyzkouší činnosti rozvíjející preferované i nepreferované psychické funkce a uvědomí si, jak budou posilovat méně rozvinuté funkce.
- prozkoumají změny projevů své osobnosti ve stresových situacích – zjistí, jaké jsou jejich energizéry a motivátory, jak se projevuje ve stresu jejich dominantní a inferiorní funkce dle teorie typů C. G. Junga, jaké jsou u nich spouštěče inferiorní funkce a stresory, a jak se mohou „dostat“ z akutního či chronického stresu tím, že najdou optimální zdroje a řešení.

Seminář je určen organizacím a firmám, jednotlivcům z komerční i neziskové sféry, z oblasti školství i státní správy. Má akreditaci MŠMT 45380/2020-3-163. Každý účastník obdrží osvědčení o absolvování.

Lektorka semináře: Mgr. Jiřina Majerová (Stang)



- Psycholožka, lektorka a konzultantka v oblasti školství a firem, konzultantka, členka odborného týmu v projektu Pomáháme školám k úspěchu - The Kellner Family Foundation. Jednatelka společnosti Viaspirita s.r.o.

- Věnuje se aplikaci teorie typů C. G. Junga a typologie MBTI (Myers-Briggs Type Indicator) ve vzdělávání a rozvoji lidí a organizací. Osvědčení „Certified Practitioner of the MBTI Step 1 a 2“ a MMTIC (CAPT, USA 2010).
- Držitelka mezinárodních certifikátů Lektor a Certifikátor programu RWCT (Reading and Writing for Critical Thinking, 2002).
- Spoluautorka knihy Typologie osobnosti – využití ve výchově a vzdělávání (Portál 2010) a knihy Školní hodnocení žáků a studentů (Portál 2007).
- Zájmy: aktivní pobývání v horách (Himaláje), četba, provozování hudby, zpěvu a tance. Kvalifikovaná učitelka Tanců univerzálního míru (Dances of Universal Peace), vede tance jak s dospělými, tak s dětmi, např. v dětských domovech.