

A portrait of Filip Kahoun, a man with glasses, wearing a dark suit jacket over a light blue shirt and dark jeans, sitting and smiling. The background is dark.

**FILIP
KAHOUN**

NABÍDKA KURZŮ

2026

■ www.filipkahoun.cz ■ filip.kahoun@gmail.com ■ +420 602 473 371 ■

1.

Self Leadership

Jak uřídit sám sebe a neztrácet kontrolu



2.

Team Leadership

Jak motivovat tým ve frustrované době



3.

Strategic Leadership

Jak postavit vítěznou strategii v nejistém světě



4.

Průvodce začínajícího lídra

Jak získat respekt týmu a nepohořet



5.

Změnový Leadership

Jak zvládat a řídit změny bez chaosu a odporu



6.

Psychologie týmové komunikace

Jak přežít mezilidské rozdíly a domluvit se spolu



7.

Stress Management

Jak odolat tlaku a předejít vyhoření



8.

Psychologie úspěchu

Jak se nenechat brzdit vlastní hlavou a vyniknout



9.

Osobní marketing

Jak se zdravě prosadit a neskončit v koutě



1.



Self Leadership

Jak uřídit sám sebe
a neztrácet kontrolu



Kdo chce vést druhé,
musí být nejprve dobrým
šéfem sám sobě.

Tento kurz nabízí
praktický návod, jak
ovládat své myšlení,
emoce, pozornost
i energii a vytvořit tak
pevný základ pro
vedení druhých.

FILIP
KAHOUN

Psychologická výbava lídra

Jaké mentální dovednosti rozvíjet, aby byl úspěšný nejen lídr,
ale i jeho tým.

Sebemotivace a seberegulace

Jak udržet na uzdě pomíjivé nálady a najít v sobě energii, když
je nejhůř.

Řízení vlastní pozornosti a práce s prioritami

Jak poznat, čemu věnovat svou vzácnou pozornost a kde
s ní naopak neplýtvat.

Pravidlo kyslíkové masky

Jak v náročné roli chránit svou energii, duševní i fyzické
zdraví a předcházet vyhoření.



Team Leadership

Jak motivovat tým ve frustrované době



Většina problémů při vedení týmů není odborná, ale psychologická.

Tento kurz se zaměřuje na objasnění klíčových psychologických principů a jejich převedení do každodenní manažerské praxe.

Výběr správných lidí a řízení týmové kultury

Jak sestavit funkční tým, udržovat zdravou kulturu a vyhnout se škodlivým personálním kompromisům.

Sedm zákonů týmové motivace

Jak předcházet zbytečné frustraci a vytvářet podmínky, aby se lidé cítili motivováni.

Rozvoj týmu jako investice s vysokým úrokem

Jak nastavit cílený rozvoj týmu, který zvýší jeho angažovanost, odpovědnost i pracovní tempo a přinese lepší výsledky.

Umění zpětné vazby

Jak se vyhnout nejčastějším chybám při práci se zpětnou vazbou a používat ji tak, aby skutečně fungovala.

3.



Strategic Leadership

Jak postavit vítěznou strategii v nejistém světě



Strategické vedení je o zaměření týmové pozornosti tam, kde má největší dopad.

Tento kurz učí lídry nastavit správný směr, určit priority, zvládnout nástrahy implementace a také prezentovat výsledky.

FILIP
KAHOUN

Strategická vize a cíle týmu

Jak provést situační analýzu, vytvořit společnou vizi a převést ji do konkrétních cílů.

Plán a implementace strategie

Jak naplánovat cestu k naplnění strategické vize a dovést tým od záměru k výsledkům.

Řízení týmového výkonu

Jak nastavit výkonnostní, rozvojové i servisní metriky pro kontrolu a vyhodnocování práce týmu.

Chytrý týmový marketing

Jak dělat svým lidem dobrou interní reklamu a prodat týmové výsledky dovnitř firmy i na trh.

4.

Průvodce začínajícího lídra



Jak získat respekt týmu a nepohořet



Neexistuje nic takového jako „rozený lídr“. Vedení lidí je náročným řemeslem a vyžaduje trénink.

Tento kurz pomáhá novým lídrům zvládnout obtížné začátky a nabízí konkrétní tipy, jak se v manažerské práci rychle zorientovat.

Změna očekávání na všech frontách

Jak se posunout z role specialisty k širší týmové odpovědnosti a naplnit nová kritéria úspěchu.

Základy manažerské psychologie

Jakou mentální výbavu potřebuje lídr a jak pracovat s motivací i rozvojem týmu.

Přechod z kolegy na šéfa

Jak získat přirozenou autoritu u bývalých kolegů a zvládnout vztahové nástrahy.

Prvních 100 dní novoapečeného lídra

Na co se zaměřit v prvních měsících po povýšení a jak se vyhnout začátečnickým přešlapům.



Změnový leadership

Jak zvládat a řídit změny bez chaosu a odporu



Skutečný lídr se pozná podle toho, že mění věci a lidi kolem sebe k lepšímu.

Tento kurz představuje konkrétní nástroje, které potřebuje každý lídr k tomu, aby uspěl v době neustálých změn a krizí.

Překonání změn v hlavě lídra

Jak ustát nepřetržitý tlak změn a udržet si mentální stabilitu, nezbytnou k vedení druhých.

Vedení týmu v turbulentních časech

Jak provést tým velkými změnami a vyhnout se kolektivní demotivaci, vyčerpání i týmovému vyhoření.

Iniciace a řízení vlastních změn

Jak přejít od reaktivního řízení změn k tomu proaktivnímu a přesvědčit lidi o nutnosti nepopulárních kroků.

Základy krizového managementu

Co dělat, když změny přerostou v krizi a běžné modely řízení začnou selhávat.

6.



Psychologie týmové komunikace

Jak přežít mezilidské rozdíly
a domluvit se spolu



Týmová komunikace není jen o tom, co si lidé říkají, ale především, jak efektivně dokážou spolupracovat.

Tento kurz přináší psychologicky ověřené postupy, jak se vyhnout nejčastějším nástrahám týmové komunikace.

Slepé skvrny v týmové komunikaci

Jaká nevědomá zkreslení a předsudky deformují týmový dialog a jak omezit jejich vliv.

Porozumění odlišným typům lidí

Jak číst v různých osobnostech, přijmout jejich specifika a umět se s nimi profesionálně bavit.

Zpětná vazba a vyjednávání v týmu

Jak zvládat obtížné komunikační situace a vyjednat, co je potřeba, aniž by došlo k narušení vztahů.

Řízení konfliktů v praxi

Jak přistoupit k řešení konfliktů – od jejich prevence, přes aktivní zásah, až po obnovení důvěry.



Stress management

Jak odolat tlaku a předejít vyhoření



Pracovní stres je dlouhodobě na vzestupu a s ním také chronické vyčerpání lidí, známé jako syndrom vyhoření.

Tento kurz shrnuje klíčové psychologické poznatky o tom, jak regulovat každodenní stresovou zátěž a posilovat vnitřní štíty.

Psychologie stresu

Jak funguje stres v lidské psychice i organismu a co je třeba vědět k jeho efektivnímu řízení.

Posilování psychické odolnosti

Jak zvýšit svou emoční „otužilost“ a snáze překonávat obtížné stresové situace.

Cílené snižování stresové zátěže

Jak omezit zbytečný stres a jaká první pomoc zabere, když udeří drama.

Obrana proti vyhoření

Jak poznat první příznaky syndromu vyhoření a jak rychle zasáhnout, když už je na spadnutí.



Psychologie úspěchu

Jak se nenechat brzdit
vlastní hlavou a vyniknout



Dnes se nevíteží silou,
ale hlavou. Úspěch je
mentální dovednost
a dá se trénovat.

Tento kurz odhaluje krok
za krokem ověřenou
psychologickou strategii,
která zvyšuje šanci na
úspěch ve změnové
době.

Hlavní faktory úspěchu ve změnové době

Jaká psychická výbava prokazatelně zvyšuje šanci na úspěch a jak ji cvičit.

Psychické brzdy úspěchu

Jak odblokovat vlastní psychiku, aby nás nezaháněla do defenzivy a nebránila úspěchu.

Adaptabilita jako základní podmínka úspěchu

Jak zlepšit svou schopnost rychle se zorientovat v nové situaci a místo odboje v ní hledat příležitosti.

Proaktivita jako vítězná ingredience

Jak se přepnout z reaktivního do činorodého módu a převzít iniciativu, která je hybnou silou úspěchu.



Osobní marketing

Jak se zdravě prosadit a neskončit v koutě



Dobrá práce už dnes nestačí. Vyhrává ten, kdo dokáže přirozeně zaujmout pozornost těch správných lidí.

Tento kurz nabízí praktické tipy, jak se chytře prodat – ať už v roli obchodníka, lídra nebo běžného zaměstnance.

Cíle osobního marketingu

O co se hraje, jaká strategie nese ovoce a co naopak končí zaručeným debaklem.

Budování silné lidské značky

Jak definovat svou konkurenční výhodu, získat pozitivní image a postavit silný příběh své značky.

Osobní marketing v zaměstnání

Jak si dělat v práci dobrou reklamu, co obnáší „marketingová hygiena“ a jak si vysloužit ve firmě respekt.

Prezentace na sítích

Jak využít sílu moderních médií a zvýšit viditelnost vlastní i firemní značky na trhu.

CENÍK KURZŮ

**Celodenní
kurz**
(8 hodin)



45 000 Kč

**Půldenní
kurz**
(4 hodiny)



30 000 Kč

**Speciální
formát**



dohodou

- Ceny jsou uvedeny bez DPH.
- Školení probíhá v lokalitě a prostorách, které zajišťuje klient.
- V ceně nejsou zahrnuty náklady na cestování a ubytování (mimo Prahu).
- Cena je kalkulována pro kurz vedený v češtině.
- Videozáznam vystoupení pro interní využití je možný za příplatek.
- Počet účastníků kurzu není omezen (optimum je do 12 lidí).

KLIENSKÉ PORTFOLIO

Google

Prima

ČESKÁ
spořitelna

rohlik
.CZ

WPP

dm

HYUNDAI



KPMG

VÚB BANKA

KB

SIEMENS
energy

Allianz

Just

ABB

CZU

PRECIOSA

ČSOB

Letiště
Praha

NOTINO

FAVI

GENERALI

TON

ACO

MONETA

e-on

N

DELL
Technologies

SANDBERG

Alma
Career.

REFERENCE

”

„Filipova schopnost zaujmout na celý den publikum a energie, kterou do přednášky vkládá, je více než obdivuhodná. Děkuje za špičkový lektorský výkon!“

Google

Klára Vorlíčková, Google DMT program

”

„Filip pro nás tým skolil manažerskou psychologií a s jistotou můžu říct, že nic lepšího jsem ještě neviděla.“

SIEMENS
ENERGY

Jana Gambová, Siemens Energy

”

„Filipa s radostí doporučuji jako lektora. Je to zkušený profesionál. Školení bylo poutavé, interaktivní a plné užitečných informací.“

HYUNDAI

Kateřina Churá, Hyundai

”

„Filip pro nás realizoval workshop na téma Change management. Obsah i projev skvěle přizpůsobený různorodé cílové skupině.“

dm

Jiří Peroutka, dm Česko

”

„Nejlépe strávené tři dny za poslední roky. Obsah zkombinovaný se zkušenostmi a prezentací vynesly toto školení do absolutních hodnot pro celý tým.“

KB

Jindřich Kubát, Komerční banka

”

„Filipa vřele doporučuji jako lektora soft skills. Zpětná vazba je vždy perfektní. Je to profesionál svého oboru.“

KPMG

Lucie Vaněčková, KPMG ČR



Dr. Ing. Filip Kahoun, MSc. je předním českým manažerským psychologem. Vystudoval ekonomiku a management, dále promoval z aplikované psychologie a postgraduálně získal doktorát z marketingu a manažerské psychologie.

Přes 15 let působil ve vrcholových pozicích u nadnárodních skupin PPF, Allegro, Generali, BNP Paribas a WPP, kde vedl lokální i mezinárodní marketingové týmy. S nimi také získal řadu prestižních ocenění z oblasti PR, online a marketingové komunikace.

Od roku 2019 se Filip Kahoun naplno věnuje vzdělávání. Přednáší na Univerzitě Karlově, školí pro renomované světové i domácí značky a natáčí nejprodávanější videokurzy leadershipu na československém trhu.

Je také autorem dvoudílného knižního bestselleru **Boj o pozornost**.