FILIP KAHOUN

NABÍDKA KURZŮ

2026

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

PŘEHLED KURZŮ

FILIP KAHOUN

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

FILIP KAHOUN

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.

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.

2.

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.

FILIP KAHOUN

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.

FILIP KAHOUN

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.

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.

FILIP KAHOUN

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

FILIP KAHOUN

5.

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.

FILIP KAHOUN

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.

7.

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.

FILIP KAHOUN

Psychologie stresu
Jak funguje stres v lidské psychice i organizmu 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.

FILIP KAHOUN

8. Psychologie úspěchu

Jak se nenechat brzdit vlastní hlavou a vyniknout

> Dnes se nevítězí 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.

FILIP KAHOUN

9.

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

FILIP KAHOUN

Celodenní kurz
(8 hodin)

40 000 Kč

Půldenní kurz
(4 hodiny)

30 000 Kč

Přednáška či webinář
(2 hodiny)

25 000 Kč

- Ceny jsou uvedeny bez DPH.
- Školení či přednáška 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 pro školení je do 12 lidí).

KLIENSKÉ PORTFOLIO

FILIP KAHOUN

REFERENCE

FILIP KAHOUN

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

Klára Vorlíčková, Google DMT program

Google

„Filip pro nás tým školil manažerskou psychologii a s jistotou můžu říct, že nic lepšího jsem ještě neviděla."

Jana Gambová, Siemens Energy

SIEMENS energy

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

Kateřina Churá, Hyundai

HYUNDAI

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

Jiří Peroutka, dm Česko

dm

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

Jindřich Kubát, Komerční banka

KB

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

Lucie Vaněčková, KPMG ČR

KPMG

FILIP KAHOUN

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**.

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