



C E M I

CENTRAL EUROPEAN MANAGEMENT INSTITUTE

## Autentický Self Marketing

Ing. Denisa Bláhová

### O ČEM PŘEDMĚT JE A PROČ BYSTE HO MĚLI STUDOVAT?

*Věřte sobě, svému týmu, tomu, co tvoříte. Dělejte to, co váš tým, produkt či služba vyžaduje. Buďte konzistentní, respektujte okolí, nebojte se změn, otevřeně komunikujte na všech úrovních.*

Předmět „Autentický self marketing“ se zaměřuje na rozvoj dovedností v oblasti osobního marketingu a sebe prezentace s důrazem na autenticitu. Během studia budete mít příležitost prozkoumat blíže svou vlastní autenticitu (neboli *vrozený projev, kterým jsme čitelní pro své okolí*) a to, jak se promítá do vašeho osobního i profesního života a jak je ovlivňuje. Poznáte také své vrozené schopnosti a zjistíte, jak je využít pro zlepšení svého života, manažerských procesů, svého týmu či produktu, který nabízíte. Naučíte se budovat a rozvíjet svůj osobní brand. Vyzkoušíte si, jak lépe prezentovat své profesní dovednosti a úspěšně komunikovat s ostatními v rámci pracovního prostředí. Po absolvování předmětu budete schopni autenticky využívat a prezentovat své schopnosti a dovednosti a budovat silnou osobní značku.

Studiem tohoto předmětu dále získáte především možnost průběžně **konzultovat reálné problémy, případy a situace z vaší praxe** s lektorem – **expertem na danou problematiku**, a v rámci těchto konzultací pod jeho odborným vedením **zpracovat jejich řešení formou prakticky orientované případové studie** (seminární práce). Díky tomu, že konzultace neprobíhají skupinově, ale pouze přímo mezi vámi a lektorem, **můžete konzultovat i citlivé firemní záležitosti**, včetně konkrétních dat atd., bez obav ze sdílení těchto údajů s dalšími studenty.

**Výstupem po absolvování tohoto předmětu je tedy cenný dokument ihned dále použitelný ve vaší firmě či zaměstnání, s vysokou přidanou hodnotou díky individuálním konzultacím s odborníkem.**

### OBSAH PŘEDMĚTU V BODECH

1. Autenticita a její projevy / Co je a co není autenticita?
2. Vzorce převzaté z okolí / Nakolik fungujeme z toho, co nás naučili jiní?
3. Sebeuvědomění, ocenění a sebepřijetí / Soudíte se? Přináší to víc do vašeho života?
4. Talenty a kapacity / Jak je objevit, poznat a rozvíjet? Co to přinese do vašeho života?
5. Uvolněný přístup a projev / Mám jej, nemám jej? Jak jej objevit a rozvíjet?
6. Osobní brand / Máte jej? Budujete jej? Je pro vás důležitý?
7. Vliv autentického projevu na vztahy s okolím i se sebou / Rozumí mi okolí? A rozumím já sám sobě?
8. Otevřená komunikace / Jak může vypadat a co přináší do života osobního i pracovního?
9. Posilování toho co mi funguje / Jak se zaměřit na vnímání věcí, které už umím a fungují?
10. Změna a vývoj / Vše se mění. Jak se nebát změny, jak ji vítat a umožnit za sebe?

### PŘÍKLADY OBLASTÍ A TÉMAT, V NICHŽ MŮŽETE S LEKTOREM/LEKTORKOU KONZULTOVAT



C E M I

CENTRAL EUROPEAN MANAGEMENT INSTITUTE

- Osobní pohled na to, co vám vaše přijatá či potlačená autenticita přináší a co bere.
- Příklady ze své praxe a života, kdy víte, že jste nebyli sami sebou a jak to změnit.
- Reálné situace, které vás čekají a chcete posílit sebedůvěru a uvolněnost v jednání.
- Autentická (sebe)prezentace
- Autenticita a její vliv na služby či produkty, které tvoříte a prodáváte
- Další témata v rámci odborné působnosti lektora, po vzájemné dohodě

### ZPŮSOB ABSOLVOVÁNÍ PŘEDMĚTU

Předmět je zakončen zpracováním **seminární práce**, v níž student **řeší konkrétní téma ze své praxe**, týkající se daného předmětu, případně **některé z modelových témat připravených lektorem** (viz níže). Seminární práce je zpracovávána v rozsahu **7-10 stran formátu A4**, z toho se musí jednat alespoň o **8 normostran textu**. Seminární práce je lektorem ohodnocena procentuálně, přičemž **50 % a více** znamená **úspěšné absolvování daného předmětu**.

### MODELOVÁ TÉMATA SEMINÁRNÍ PRÁCE

**1. Vlastní autenticita a její projevy /** Víím, kdy jsem autentický. Rozbor a uvědomení sebe sama.

**2. Využití autenticity v manažerské práci /** Co mi funguje a co ne. Příklady, rozbor, nástiny řešení.

**3. Emoční poznání sebe sama a svých potřeb /** V čem se znám, v čem nikoli. Co mi to přináší.

**4. Autenticita v rodině i v profesním životě /** Jsem autentický? Umožňuji to ostatním? Rozbor, řešení.

**5. Můj osobní Brand – jeho budování a posilování /** Kým jsem a chci být? Co chci v sobě budovat?

### STUDIJNÍ LITERATURA A DALŠÍ ZDROJE

Podpůrné studijní materiály zpracované lektorem (k dispozici online ve studijním systému)

**Elektronické knihy z online knihovny Bookport od nakladatelství Grada (Autor. Název, vydavatelství, rok vydání, ISBN):**

GOLEMAN, Daniel. Emoční inteligence. Vyd. 2., (V nakl. Metafora 1.). Přeložil Markéta BÍLKOVÁ. V Praze: Metafora, 2011. ISBN 978-80-7359-334-6. [Online ZDE:](#)

KASHTAN, Miki. Svět nenásilí: obnovování tkaniny lidského společenství. Přeložil Miro ZÁLETA. Praha: Alferia, 2022. ISBN 978-80-271-3500-4. Kashtan Miki. [Online ZDE:](#)

LÖHKEN, Sylvia. Introverti a extroverti: jak spolu vycházet a vzájemně se doplňovat. Praha: Grada, 2014. ISBN 978-80-247-5298-3. [Online ZDE:](#)

LANGROVÁ, Aneta. Úžasní takoví, jací jsme: kniha o sebepřijetí, sebedůvěře a radosti ze života. Praha: Grada, 2022. ISBN 978-80-271-3401-4. [Online ZDE:](#)

SAND, Ilse. Podívejte se na sebe laskavě: jak se osvobodit od přehnané viny. Přeložil Markéta KLIKOVÁ. Praha: Portál, 2021. ISBN 978-80-262-1809-8. [Online ZDE:](#)

PRESLEY-TURNER, Louise. Život ve vlastních rukou: dosáhněte svých snů a buďte sami sebou. Praha: Grada, 2013. ISBN 978-80-247-4673-9. [Online ZDE:](#)

### Ostatní studijní literatura (Autor. Název, Vydavatelství, Rok vydání, ISBN):

TOLLE, Eckhart. Moc přítomného okamžiku: deník. Přeložil Michaela PIŇOSOVÁ. Praha: Euromedia Group, 2020. ISBN 978-80-242-6426-4.

GRAY, John. Jak mít, co chceme a chtít, co už máme. Praha: Práh, 2001. ISBN 80-7252-050-4.

GRÜN, Anselm. Život je teď: umění stárnout. Praha: Portál, 2010. ISBN 978-80-7367-749-7.