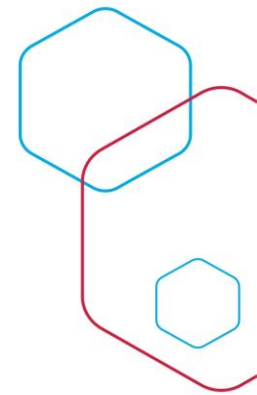


Barevná typologie jako nástroj zlepšení komunikace na pracovišti



Milena Seidlová, MBA

25. 04. 2025

nemocniceprerov.agel.cz

Komunikace

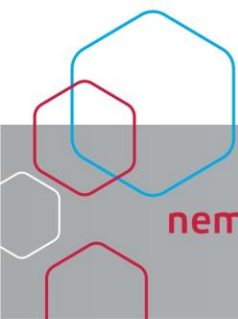
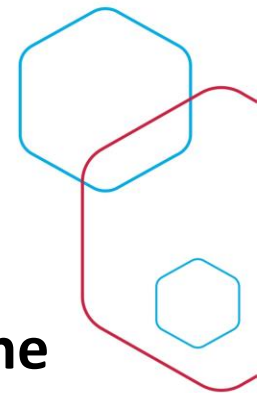
- **Komunikací trávíme 50-80 % pracovního dne**
- **Vzděláváme se ve svých oborech, ale ne v komunikačních dovednostech**
- **Komunikujeme podle vlastních komunikačních vzorců a neuvědomujeme si odlišnost druhých**
- **Komunikací nevysíláme jen informace, ale i vztah, náladu, úctu nebo naopak pohrdání**
- **Komunikace zásadně ovlivňuje, jak nás okolí vnímá a jak s námi chce nebo nechce spolupracovat**
- **Tón komunikace se přenáší, pokud v týmu převládá kritika, negativismus, stává se to normou**

Temperament

- Určuje, jak to děláme
- Je vrozený a projevuje se v reakcích, chování a prožitcích dané osobnosti
- Čistý temperament neexistuje, ale jeden je vždy tím dominantním
- Výchova a životní zkušenosti mohou ovlivnit chování, ale ne zásadně změnit temperament

Charakter

- Určuje obsah chování; to, co děláme
- Není vrozený, formuje se během života, projevuje se v mravní stránce člověka

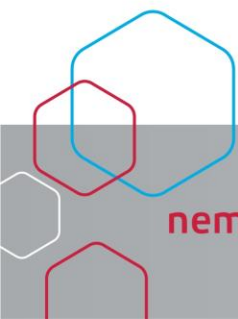
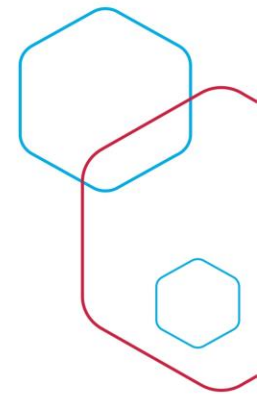


Typologie osobnosti

- **Pomáhá nám určit typ temperamentu**
- **Nehodnotí, jen popisuje, jaký člověk je**
- **Vysvětluje, proč si lidé nerozumí a jak to zlepšit**
- **Existuje mnoho typologií osobnosti**
- **Nejznámější je asi Hippokratova (cholerik, melancholik, sanquinik, flegmatik)**

Výhody barevné typologie

- Neutrální, barvy nikoho neuráží
- Jednoduchá na pochopení, snadno zapamatovatelná
- Pomáhá:
 - lépe chápat sebe i druhé
 - přizpůsobit komunikaci
 - zadávat lépe úkoly a motivovat efektivněji
- Rozlišujeme 4 typy: **červená**, **modrá**, **zelená**, **žlutá**



Jak určit barevný typ?



Jak určit barevný typ?

Test: TYPOLOGIE OSOBNOSTI



Vypracujte 1. část testu „Váš osobnostní profil“, - pracujte samostatně. Na každé řádce (SILNÉ STRÁNKY) zakroužkujte jednu ze 4 možností, která vás nejvíce vystihuje. Pokud si nejste jisti výběrem, rozhodněte se podle prvního pocitu.

SILNÉ STRÁNKY

1. Dobrodružný	Přizpůsobivý	Živý	Analytický
2. Vytvalý	Hravý	Přesvědčivý	Mírumilovný
3. Poddajný	Obětavý	Společenský	Se silnou vůlí
4. Ohleduplný	Ovládá se	Soutěživý	Neodolatelný
5. Osvěžující	Uctívý	Rezervovaný	Vynalézavý
6. Spokojený	Soběstačný	Citlivý	Energický
7. Systematik	Trpělivý	Pozitivní	Inspirativní
8. Jistý	Spontánní	S rozvrhem	Plachý
9. Ukázněný	Úslužný	Upřímný	Optimistický
10. Přátelský	Věrný	Legrační	Silný
11. Výbojný	Okouzující	Diplomat	Puntičkář
12. Veselý	Spolehlivý	Kulturní	Sebevědomý
13. Idealista	Nezávislý	Neuráživý	Inspirovající
14. Troufalý	Rozhodný	Suchý humor	Hlubavý
15. Prostředník	Muzikální	Iniciátor	Společenský
16. Ohleduplný	Houževnatý	Upovídaný	Tolerantní
17. Posluchač	Oddaný	Vůdce	Čilý
18. Nenáročný	Šéf	Plánovač	Rozkošný
19. Perfekcionista	Milý	Produktivní	Oblíbený
20. Skotačivý	Smělý	Zdvořilý	Mírný

Vypracujte 2. část testu - „Váš osobnostní profil“, - pracujte samostatně. Na každé řádce (SLABÉ STRÁNKY) zakroužkujte jednu ze 4 možností, která vás nejvíce vystihuje. Pokud si nejste jisti výběrem, rozhodněte se podle prvního pocitu

SLABÉ STRÁNKY

21. Bezvýrazný	Stydlivý	Neomalený	Pánovitý
22. Nevychovaný	Nesoucítící	Nudný	Nesmiřitelný
23. Zdrženlivý	Netýkavka	Tvrdohlavý	Opakuje se
24. Předrážděný	Ustrašený	Zapomnětlivý	Otevřený
25. Netrpělivý	Nejistý	Nerozhodný	Skáče do řeči
26. Neoblíbený	Znuděný	Nepředvídatelný	Citově uzavřený
27. Svěhlavý	Nesoustavný	Nelze se zavděčit	Váhavý
28. Nevýrazný	Pesimista	Namyšlený	Povolný
29. Vznětlivý	Bezcílný	Hádavý	Odcizený
30. Naivní	Negativista	Drzé čelo	Nonšalantní
31. Ustaraný	Odtažitý	Workaholik	Potřebuje chválu
32. Přecitlivělý	Netaktní	Ostýchavý	Mluvka
33. Pochybuující	Neorganizovaný	Dominantní	V depresi
34. Nesoustavný	Introvertní	Netolerantní	Lhostejný
35. Nepořádný	Zasmušilý	Huhlal	Manipulátor
36. Pomalý	Neústupný	Předvádí se	Skeptik
37. Samotář	Komanduje	Lenoch	Křikloun
38. Louda	Podezíravý	Popudlivý	Roztržitý
39. Pomstychtivý	Roztěkaný	Neochotný	Ukvapený
40. Dělá kompromisy	Kritik	Mazaný	Náladový

INFORMACE, FAKTA

INTROVERZE

ANALÝZA

TYP O ODBORNÍK
rozhodování 48 hodin

ENERGIE

TYP D – DOMINANTNÍ
rozhodování 48 vteřin

EXTRAVERZE

HARMONIE

TYP S – STÁLÝ
rozhodování podle druhých

KOMUNIKACE

TYP V – VLIVNÝ
rozhodování podle emocí
(tady a teď)

EMOČNÍ PROJEVY, VZTAHY

BAREVNÁ TRIÁDA

1. ZÁKLADNÍ STRACH:
SOCIÁLNÍ KONFLIKT
2. MOTIVACE:
ZVYŠOVAT SVOU ODBORNOST
3. ZAMĚŘENÍ:
ŘÁD, SYSTÉM

styl řízení: AUTOKRATICKÝ
komunikace: PÍSEMNÁ
Způsob myšlení: ANALYTICKÉ

1. ZÁKLADNÍ STRACH:
SELHÁNÍ
2. MOTIVACE:
MOC, VLIV
3. ZAMĚŘENÍ:
CÍLE, VÝSLEDEK

styl řízení: PŘÍMÝ, DIREKTIVNÍ
komunikace: PŘÍMÁ, FAKTICKÁ
způsob myšlení: PRAGMATICKÉ

1. ZÁKLADNÍ STRACH:
NEJISTOTA
2. MOTIVACE:
STÁLOST, POCIT JISTOTY
3. ZAMĚŘENÍ:
POMOC DRUHÝM, LIDÉ, VZTAHY

styl řízení: DEMOKRATICKÝ
komunikace: NASLOUCHÁNÍ
způsob myšlení: EMPATICKÉ

1. ZÁKLADNÍ STRACH:
ODMÍTNUTÍ
2. MOTIVACE:
POCHVALA
3. ZAMĚŘENÍ:
LIDÉ, VZTAHY, ATMOSFÉRA

styl řízení: PŘÁTELSKÝ
komunikace: OTEVŘENÁ
způsob myšlení: EMOČNÍ

Červená (Dominantní typ)

SILNÉ STRÁNKY

- Aktivní, energičtí, praktičtí
- Rychlé rozhodování bez zbytečné analýzy
- Schopnost efektivního vedení týmu
- Velká sebedůvěra a odolnost vůči stresu
- Přímá a jasná komunikace
- Schopnost motivovat ostatní k výkonu

SLABÉ STRÁNKY

- Může působit autoritativně a necitlivě
- Netoleruje pomalé a nerozhodné lidi
- Má sklon ignorovat pocity druhých
- Nesnáší zbytečné diskuze a komplikace
- Může dělat unáhlená rozhodnutí
- Dá najevo netrpělivost, může druhého přerušovat

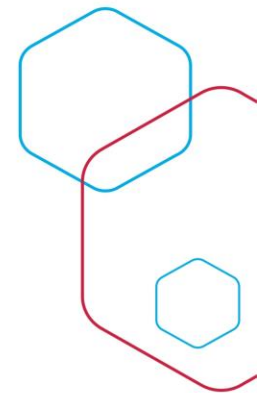
Jak jednat s červeným (dominantním)?

- Bud'te struční, jasní a přímí, nezatěžujte ho emocemi
- Předkládejte řešení, ne problémy
- Nevnímejte jeho strohost jako osobní útok

Červený typ v laboratoři

- Skvělý vedoucí týmů a krizový manažer, rychle rozhoduje a udržuje dynamiku
- Vhodný pro řízení projektů, zavádění změn a krizové situace
- Nevyniká v trpělivosti a pečlivé práci s detaily – potřebuje tým, který ho doplní

Modrá (Analytik)

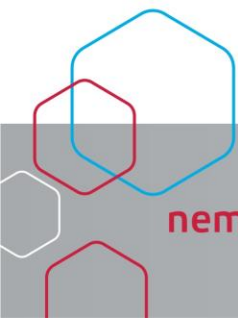


SILNÉ STRÁNKY

- Logické a racionální myšlení
- Vynikající analytické schopnosti
- Preciznost a důraz na detaily
- Spolehlivost a důslednost
- Důraz na pravidla a systém
- Schopnost řešit složité problémy
- Dochvilnost

SLABÉ STRÁNKY

- Pomalé rozhodování – potřebuje čas na analýzu
- Někdy příliš kritický vůči ostatním
- Chladný a méně emocionální přístup
- Může působit příliš formálně a nepřístupně
- Obtížně se přizpůsobuje změnám



Jak jednat s modrým (analytikem)?

- Předkládejte fakta a argumenty, vyhněte se emocím
- Dejte mu čas na analýzu a rozhodování
- Nepoužívejte nátlak – potřebuje jasná a logická vysvětlení

Modrý typ v laboratoři

- Vyniká při analýze výsledků, standardizaci procesů a dodržování postupů
- Je vhodné ho zapojit do revizí protokolů, kontroly kvality a validace dat
- Není nejlepší volbou pro rychlé reakce a improvizaci, nesnáší nepřipravenost

Zelená (Harmonický typ)

SILNÉ STRÁNKY

- Vysoká empatie a schopnost naslouchat
- Trpělivost a ochota pomáhat
- Stabilita a loajalita – spolehlivý týmový hráč
- Podporuje harmonii v kolektivu
- Udržuje dobré vztahy s lidmi
- Dává přednost předvídatelnosti

SLABÉ STRÁNKY

- Nerozhodnost
- Vyhýbá se konfliktům, i když jsou nutné
- Může být příliš citlivý na kritiku
- Potřebuje jasnou podporu a schválení od druhých
- Nedostatek motivace
- Obtížně přijímá změny

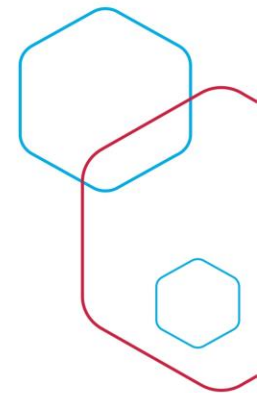
Jak jednat se zeleným (harmonickým)?

- **Bud'te klidní, trpěliví, laskaví a podporující**
- **Oceňte jeho loajalitu a spolehlivost**
- **Vytvářejte harmonické a bezpečné prostředí, nenaléhejte na rychlá rozhodnutí**
- **Ujměte se rozhodování a odpovědnosti, raději následuje než vede**

Zelený typ v laboratoři

- **Výborný týmový hráč, podporuje spolupráci, udržuje dobré vztahy**
- **Vhodný pro dlouhodobé projekty, školení nových zaměstnanců, práci s klienty**
- **Nevhodný pro konfliktní situace nebo práci vyžadující rychlé rozhodování**

Žlutá (Komunikátor)

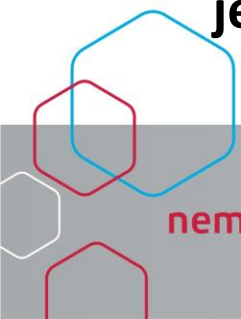


SILNÉ STRÁNKY

- Charismatický a přátelský – snadno navazuje vztahy
- Plný energie a nadšení – dokáže motivovat ostatní
- Kreativní a inovativní – přináší nové nápady
- Flexibilní a přizpůsobivý – rychle reaguje na změny
- Výborný řečník – skvělý v prezentacích a jednáních

SLABÉ STRÁNKY

- Nespolehlivost – snadno se nechá rozptýlit a zapomíná na termíny
- Nedostatek disciplíny – nemá rád rutinu a strukturu
- Někdy působí povrchně – jde po šíři, ne po hloubce
- Slabší organizační schopnosti – potřebuje někoho, kdo mu pomůže udržet pořádek
- Může být příliš emocionální – reaguje impulzivně

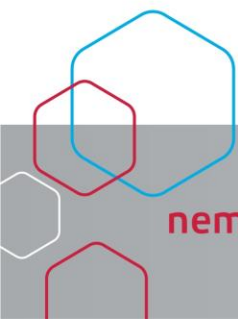
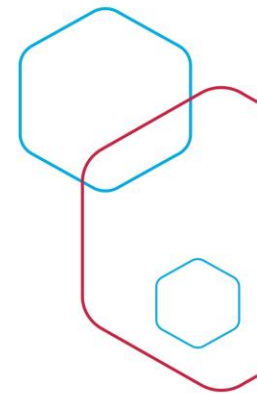


Jak jednat se žlutým (komunikátorem)?

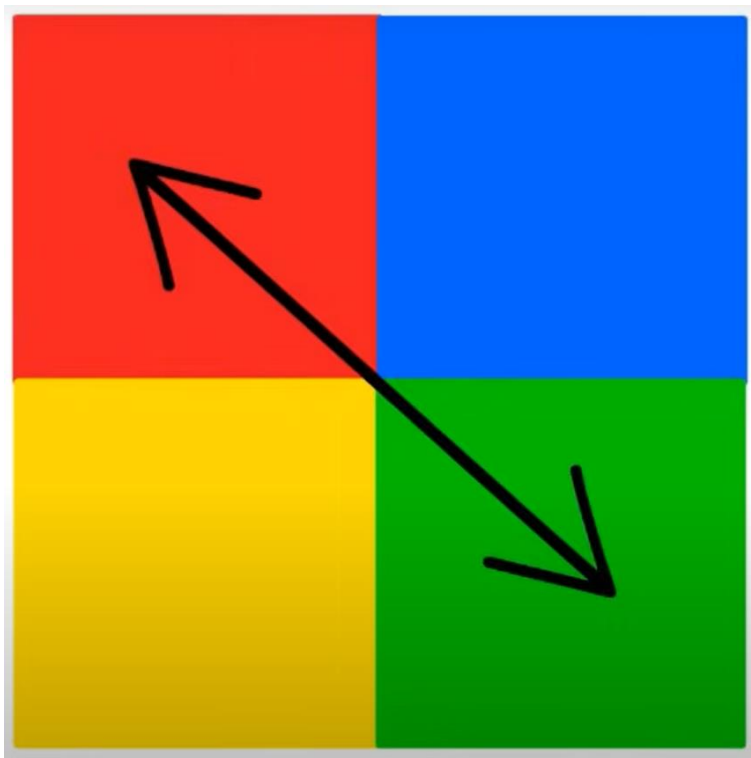
- **Bud'te vstřícní, otevření, přátelští a zapojte ho do dění**
- **Nechte ho projevit kreativitu, ale nastavte jasné hranice**
- **Udržujte pozitivní atmosféru, pochvala ho motivuje**
- **Pomozte mu s organizací a strukturou, aby dokončil úkoly**

Žlutý typ v laboratoři

- **Skvělý v prezentacích, školení a komunikaci s pacienty**
- **Hodí se na inovativní projekty, popularizaci vědy a propagaci laboratoře**
- **Nevhodný pro monotónní úkoly vyžadující preciznost a trpělivost**



Problémy při vzájemné spolupráci



- Červený vnímá zeleného jako přecitlivělého, pomalého a nerozhodného, který svou empatií ztrácí čas a uniká mu výsledek
- Zelený vnímá červeného jako hrubého a necitlivého, který je schopen jít za svým cílem přes mrtvoly

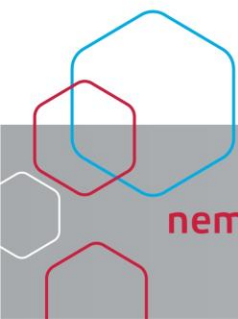
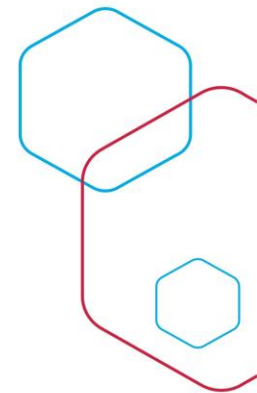
Problémy při vzájemné spolupráci



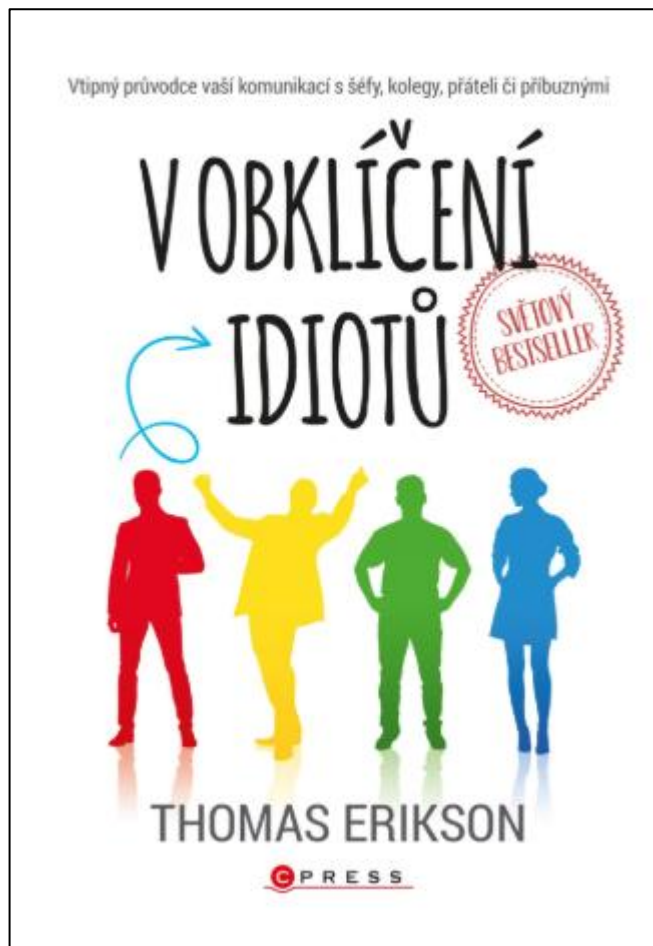
- **Modrý vnímá žlutého jako povrchního, chaotického, zbrklého a příliš hlučného**
- **Žlutý vnímá modrého jako chladného, příliš kritického a zaměřeného jen na pravidla**

Jak se vyhnout konfliktům díky barevné typologii?

- **Respektujte rozdílné komunikační styly**
- **Nepoužívejte stejný přístup na všechny – přizpůsobte se situaci**
- **Uvědomte si, co druhému vadí a co naopak potřebuje ke spokojenosti**
- **Bud'te trpěliví – některé typy potřebují více času na pochopení nebo rozhodnutí**
- **Přiřad'te lidem role, které odpovídají jejich silným stránkám**
- **Uvědomte si, že síla týmu je v různorodosti**



Baví vás pohled na svět pomocí barev?





Možná vám kolega připadal příliš pomalý.....zkuste ho vnímat jinýma očima.....je tak pečlivý a precizní.....

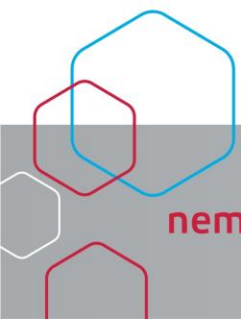
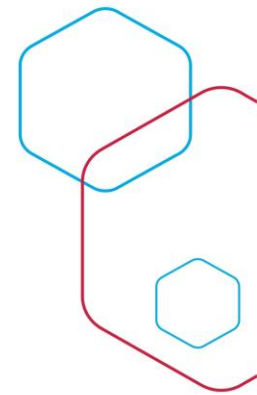


**Přeji, ať nejsme v laboratořích jako
hádavé děti na pískovišti, ...**



... ale ať si rozumíme a komunikace se nám daří.

Děkuji za pozornost



P.S.

Milé kolegyně a kolegové,

těší mě, že vás barevná typologie zaujala. Přidávám test k určení barevného typu, ale mějte na paměti, že žádný test neobsáhne celou naši osobnost. Každý z nás je unikát. Neberte ho jako dogma, jen jako vodítko a přihlížejte vždy k projevům daného člověka.

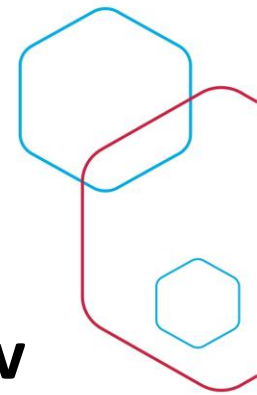
Neberte typologii jako nálepkování a vyhněte se obloukem myšlenky, že některá barva je lepší nebo horší. Není. Každá má své silné i slabé stránky. Vzájemně se doplňujeme a potřebujeme se. Jeden od druhého se můžeme učit a to nás posouvá dál.

Berte barevnou typologii jako inspiraci, jak být k sobě vstřícnější a respektovat různé styly práce i komunikace. Druhé nezměníte, ale můžete změnit styl komunikace směrem k nim a v tom je její kouzlo. Cílem je lepší spolupráce, méně nedorozumění a možná i pár aha – momentů, kdy si řekneme: „Aha, proto!“

Přeji vám, ať vás svět barev baví a nechte tu svou zazářit ☺

Milena Seidlová
milena.seidlova@npr.agel.cz





Zjistila jsem, že kniha „V obklíčení idiotů“ je vyprodaná, ale lze vypůjčit v knihovnách a přikládám odkaz na video z jejího obsahu.

[Který z Nich Jsi Ty? - 4 Typy Lidského Chování a Jak s Každým z Nich Jednat - YouTube](#)

Tady ještě odkaz na pár informací:

[Barevná typologie osobnosti | Janka Srdcem](#)

