
Program rozvoje sociálně- psychologických dovedností

Program rozvoje sociálně-psychologických dovedností

Pracovníci UK se mohou z důvodu naplnění závazných indikátorů projektu zúčastnit buď Programu rozvoje sociálně-psychologických dovedností nebo Programu rozvoje manažerských dovedností. Zároveň je nutné, aby zaměstnanci UK nebyli v rámci projektu již vykázáni jako indikátor 6000 v rámci jiné DA s bagatelní podporou minimálně 80 hodin.

Prosíme, aby se do programů hlásili především ti zaměstnanci, kteří ještě v rámci tohoto projektu nebyli vykázáni za jinou dílčí aktivitu.

Program rozvoje sociálně-psychologických dovedností je uskutečňován v celkovém rozsahu 84 hodin, tj. 112 výukových hodin.

Výuka probíhá v prostorách Karolina od 9:00 do 16:30 hod., a to vždy po 14 dnech v rozsahu jednoho až dvou dnů v týdnu. Každý výukový den je koncipován do osmi výukových hodin, jedna výuková hodina činí 45 minut.

Témata:

1. Sociálně-psychologické dovednosti v komunikaci (2 dny)

Interaktivní kurz je zaměřen na rozvoj sociálně-psychologických dovedností v komunikaci pro pracovní život účastníků, na získání či prohloubení sociálně-psychologických kompetencí ke spolupráci. Pozornost je věnována typům osobností ve vztahu k práci, pracovnímu chování, stylům komunikace a faktorům komunikace „tváří v tvář“.

2. Vyjednávání jako komunikační technika (1 den)

Kurz je zacílen na nejpoužívanější vyjednávací styly – konzultativní a poziční vyjednávání a jejich dílčí techniky, kterými lze snáze dosahovat cílů prostřednictvím interakce s druhou stranou. Pozornost je zaměřena na kladení silných otázek, které zvyšují pravděpodobnost dohody v komunikaci, na jednotlivé kroky vyjednávání a na jejich klíčové fáze. Součástí kurzu jsou modelové situace a hry.

3. Řešení pracovních konfliktů a mediace (2 dny)

Kurz (s tréninkem) je zaměřen na zvládání pracovních konfliktů. Pozornost je věnována pojetí konfliktu, jeho zdrojům, strategiím (stylům) řešení konfliktů, vedení konfliktního rozhovoru, předcházení konfliktům, rovněž využití mediace při řešení pracovních konfliktů a jejím zásadám.

4. Prezentační dovednosti (2 dny)

Kurz (s tréninkem) je zaměřen na rozvoj dovedností v roli prezentujícího. Pozornost je věnována přípravě prezentace, struktura jejího obsahu, využívání pomůcek, schopnosti argumentovat, přesvědčit, významným faktorům průběhu prezentace i problémovým situacím. Cílem kurzu je zvládnutí různých typů prezentace z hlediska obsahu a různých forem v různých rolích, pro různé cílové skupiny, s různými cíli a se zvážením možných různých důsledků. Důraz je kladen na interaktivitu, na zapojení účastníků.

5. Lektorské dovednosti (2 dny)

Cílem kurzu (s tréninkem) je rozvoj lektorských dovedností a práce se skupinou v průběhu lektorského vystoupení. Kurz sleduje využití didaktických a facilitačních postupů, zvládání problematických situací v práci se skupinou a problémových účastníků. Pozornost je věnována rovněž porozumění vlastnímu přirozenému lektorskému typu, jeho (ne)výhodám, využití individuálních dovedností a jejich dalšímu rozvoji.

6. Time Management (1 den)

Cílem kurzu je seznámit účastníky s postupy a nástroji plánování a využití času, rozpoznáváním „zlodějí času“ a jejich odstraňováním. Představeny budou jednotlivé generace time managementu, matice plánování času s kvadranty

důležitosti a naléhavosti, systém plánování času se zaměřením na schopnosti dobře plánovat svůj časový prostor a lépe zvládat své cíle a role v pracovním i v osobním životě.

7. Faktory pracovní zátěže a zvládání pracovního stresu (1 den)

Kurz je zaměřen na identifikaci základních faktorů pracovní zátěže a jejich specifikaci, na fyziologické reakce typické pro stresové situace a na techniky jejich zvládání či odbourání. Kurz je zacílen na zvýšení všímavosti účastníků vůči funkčním způsobům zvládání stresových situací a na práci s osobní energií ke zvládání náročných situací v pracovním životě.

8. Public Relations (1 den)

Společenská etiketa

Kurz sleduje seznámení účastníků s metodami a technikami budování a udržování vztahů organizace se svým okolím a veřejností. Důraz je kladen na význam informací a zpětné vazby. V oblasti společenské etikety budou představeny zásady společenského chování a nejčastější chyby.

9. Projektové řízení (2 dny)

Kurz je zacílen na základní parametry projektového řízení. Účastníci budou seznámeni s jednotlivými fázemi projektu, základními nástroji a technikami, problematikou integrace projektu v prostředí jeho realizace (organizaci), marketingem projektu pro jeho akceptování. Účastníci budou mít příležitost si některé nástroje vyzkoušet. Představena budou rovněž témata strategie řízení projektu.

Podpořeno projektem **Zvýšení kvality vzdělávání na UK a jeho relevance pro potřeby trhu práce.**

Reg. číslo: CZ.02.2.69/0.0/0.0/16_015/0002362

