

Katedra andragogiky a personálního řízení FF UK otevívá kurz Rozvoj osobnostních, sociálních a manažerských dovedností

Interaktivní kurz se zaměřuje na témata ve vztahu k seberozvoji v osobnostních, sociálních a manažerských kompetencích. Roční kurz se koná jednou měsíčně ve čtvrtek 12:30–16:30, a to od 23. března 2023 do 15. února 2024. Absolventi obdrží osvědčení vydané FF UK. Vyplněný a podepsaný formulář přihlášky lze zaslat do 21. března 2023.

Program prezenčního zájmového kurzu celoživotního vzdělávání se soustředí na sebepoznání a poznávání druhých, zvládnutí pracovního stresu a vlastních negativních emocí osvojením relaxačních technik a technik mindfulness a na rozvoj dovedností k úspěšné sebe prezentaci. Dále svou pozornost orientuje na komunikaci a vyjednávání s náročnými osobnostmi, týmové chování a spolupráci v týmu, situační a agilní leadership, zvládnutí změn v organizaci a na témata z oblasti sociální patologie v pracovním prostředí.

Kurzem budou provázet dr. Hedvika Boukalová z Katedry psychologie FF UK, dr. Alexandra Fonville z Katedry andragogiky a personálního řízení FF UK a další odborníci. Garantkou kurzu je dr. Renata Kocianová, vedoucí Katedry andragogiky a personálního řízení FF UK. Kontaktní osobou je dr. Alexandra Fonville – tel: +420 221 619 606, e-mail: alexandra.fonville@ff.cuni.cz.

Požadavkem pro zařazení do kurzu je ukončené středoškolské vzdělání s maturitou. Cena kurzu je 26 620 Kč vč. DPH, o

způsobu úhrady kurzu bude každý uchazeč vyrozuměn po podání přihlášky.

Vyplněný a podepsaný formulář přihlášky posílejte do **21. března 2023**

- e-mailem (scan) na adresu: alexandra.fonville@ff.cuni.cz
- poštou na adresu:

PhDr. Alexandra Fonville, Ph.D.

Katedra andragogiky a personálního řízení

Filozofická fakulta, Univerzita Karlova

nám. Jana Palacha 2

116 38 Praha 1

Kurz se sestává z 10 čtyřhodinových tematických modulů:

1. Sebepoznání a poznávání druhých – 23. 3. 2023

(vlastní silné stránky a potenciál; vnímání druhých; chyby při poznávání druhých a vyhýbání se jim; preference určitých typů lidí)

2. Pracovní stres a jeho zvládání – 27. 4. 2023

(faktory zranitelnosti; faktory pracovního prostředí a práce ve vztahu ke stresu; syndrom vyhoření; práce s vlastními emocemi; zvyšování odolnosti vůči stresu; relaxace; work-life balance)

3. Mindfulness – 18. 5. 2023

(zvládání emocí a impulzivního jednání; zvýšení psychické odolnosti; principy a techniky mindfulness)

4. Sebeprezenční dovednosti – 22. 6. 2023

(sebeprezentace v pracovním životě; profesionální vizualizace a moderní technologie)

5. Komunikace a vyjednávání s náročnými osobnostmi – 21. 9. 2023

(nástroje komunikace s náročnými osobnostmi; práce s vlastními hranicemi; strategie a taktiky vyjednávání s náročnými osobnostmi)

6. **Týmové role a týmové chování – 26. 10. 2023**
(sociální a týmové role; týmové vlivy a týmový výkon)
7. **Situační leadership – 23. 11. 2023**
(styly vedení; vlastní styl vedení; delegování; poskytování zpětné vazby; práce s motivací podřízených)
8. **Agilní leadership – 14. 12. 2023**
(principy agilního leadershipu; agilní metody)
9. **Zvládání změn v organizaci – 18. 1. 2024**
(řízení na dálku; VUCA prostředí; adaptace na změnu; rezistence a odpor; mindset change)
10. **Sociální patologie v pracovním prostředí – 15. 2. 2024**
(mobbing, bossing a staffing; sexuálně a genderově motivované obtěžování; technologické a jiné závislosti; rozpoznávání sociální patologie a její prevence v pracovních týmech a organizacích)