

Manažérske kurzy

Kategória obsahuje prehľad tém a štruktúru výučby jednotlivých kurzov.

Konštruktívne riešenie problémov a zvládanie konfliktov

Kurz 1

Tréning Konštruktívne riešenie problémov a zvládanie konfliktov je určený pre organizácie, v ktorých pretrvávajú konflikty alebo riešenie sporov nie je účinné a ktoré majú záujem riešiť problémy konštruktívnou a produktívnou cestou. Cieľom tréningu je osvojenie si zručností pri r...

Definícia konfliktu

Čo je konflikt a aký postoj k nemu zaujať? Rozpor a konflikt. Pochopenie vzniku konfliktov. Konfliktné situácie. Konštruktívne a deštruktívne konflikty.

Modely správania

Správanie znepriatelených strán. Možnosti pre rýchle riešenie konfliktov. Vhodné prístupy pri riešení konfliktu. Spôsoby reakcie na konflikty. Zvládanie hnevu, agresivity, nátlaku a manipulácie v konflikte.

Komunikácia v rámci riešenia konfliktov

Ako môže vhodná komunikácia prispieť k zlepšeniu medziludských vzťahov v organizáciách?

Riešenie konfliktov - Možnosti riešenia problémov

Konštruktívne od problémov k ich riešeniam - možnosti riešenia problémov v akejkoľvek sfére prostredníctvom mediácie a koučingu, alternatívne metódy riešenia sporov (mediácia, facilitácia) a jej možnosti využitia v praxi. Zvládanie rôznych typov problémových situácií a konfliktov s použitím asertívnych techník podľa požiadaviek a pracovných situácií poslucháčov

Spätná väzba a vyhodnocovanie účinnosti a efektívnosti vzdelávacej aktivity

Modelovanie situácií a precvičenie problémových situácií

Tréning na získavanie zručností asertívneho správania

Leadership I. - Rozvoj zručností lídra

Kurz 2

Kurz Leadership I. - Rozvoj zručností lídra je určený manažérom a lídrom na všetkých stupňoch riadenia. Jeho cieľom je osvojenie si techník a nástrojov, ktoré líder uplatňuje v praxi. Naučí vás ovplyvňovať nielen pracovné výsledky, ale aj zamestnancov, zachovávať si neinštruktív...

Definícia a charakteristika vedenia ľudí

vedenie ľudí, rola manažéra ako leadra

Štýly vedenia

situáčne vedenie ľudí, zmapovanie silných a slabých stránok, osobnostné rysy riadiacich pracovníkov

Moderné teórie líderstva

Komunikácia lídra

formy aktívneho počúvania, postoje v komunikácii

Dynamika vzťahov

direktívne a nedirektívne postoje

Motivácia a hodnoty

vnútorná a vonkajšia motivácia

Self-management

súbor postojov, prístupov, znalostí, zručností a schopností pre dosiahnutie cieľov

Model GROW

koučovací techniky pre dosahovanie cieľov

Vedenie ľudí a podpora tímu

rozhodovanie lídra a vodcovské opatrenia vedúce k efektívnym výsledkom v tíme

Leadership II. - Emocionálna inteligencia lídra

Kurz 3

Kurz Leadership II. - Emocionálna inteligencia lídra je určený lídrom rôznych úrovní riadenia, ktorí chcú skvalitňovať svoj potenciál a seba-rozvojom zvyšovať rozvoj podriadených i celých pracovných tímov. Kurz je určený riadiacim pracovníkom, ktorí sú si vedomí, že odborné kompe...

Tréningový program - Leadership II. - Emocionálna inteligencia lídra

Potreby vs hodnoty

Model špirálovej dynamiky

Kritické myslenie a objektivita

Kognitívne skreslenia v našom každodennom živote

Pozitívne prežívanie prítomnosti

Sloboda Nadhľad

Efektívna komunikácia lídra

Transakčná analýza

Zvládanie emócií

vlastných i cudzích

Príčiny spokojnosti, nespokojnosti, nedorozumenia

Obranné stratégie

Vedenie ľudí

Motivácia - potenciál - výkon z pohľadu EQ

Potenciál - talent - perspektíva

Uvoľnenie potenciálu svojho Uvoľnenie potenciálu tímu

Kompetencie lídra a EQ

Sebauvedenie - Korektná spätná väzba: - dávam, dostávam, vyžadujem - Jo-Hariho okno Diverzifikovaný tím Delegovanie Líder ako vzor

Človek ako bio-psycho-sociálno-spirituálna bytosť (WHO)

Fyzické zdravie Emočné zdravie Duchovné zdravie Psychické zdravie

Obnova životnej energie - ako sa dostať do pohody

Leadership Training

Kurz 4

Balík Leadership Training sa skladá z kurzov: Leadership I. - Rozvoj zručností lídra a Leadership II. - Emocionálna inteligencia lídra . Je určený lídrom na všetkých stupňoch riadenia. Jeho cieľom je osvojenie si techník a nástrojov, ktoré líder uplatňuje v praxi. Naučí vás pozit...

Leadership I. - Rozvoj zručností lídra

Definícia a charakteristika vedenia ľudí

vedenie ľudí, rola manažéra ako leadra

Štýly vedenia

situčné vedenie ľudí, zmapovanie silných a slabých stránok, osobnostné rysy riadiacich pracovníkov

Moderné teórie líderstva

Komunikácia lídra

formy aktívneho počúvania, postoje v komunikácii

Dynamika vzťahov

direktívne a nedirektívne postoje

Motivácia a hodnoty

vnútorná a vonkajšia motivácia

Self-management

súbor postojov, prístupov, znalostí, zručností a schopností pre dosiahnutie cieľov

Model GROW

koučovacie techniky pre dosahovanie cieľov

Vedenie ľudí a podpora tímu

rozhodovanie lídra a vodcovské opatrenia vedúce k efektívnym výsledkom v tíme

Leadership II. - Emocionálna inteligencia lídra

Tréningový program:

Potreby vs hodnoty

Model špirálovej dynamiky

Kritické myslenie a objektivita

Kognitívne skreslenia v našom každodennom živote

Pozitívne prežívanie prítomnosti

Sloboda Nadhľad

Efektívna komunikácia lídra

Transakčná analýza

Zvládanie emócií

vlastných i cudzích

Zdroje spokojnosti, nespokojnosti, nedorozumenia

Obranné stratégie

Vedenie ľudí

Motivácia - potenciál - výkon z pohľadu EQ

Potenciál - talent - perspektíva

Uvoľnenie vlastného potenciálu, Uvoľnenie potenciálu tímu

Kompetencie lídra a EQ

Sebauvedomenie - Korektná spätná väzba: - dávam, dostávam, vyžadujem - Jo-Hariho okno, Diverzifikovaný tím, Delegovanie, Líder ako vzor

Človek ako bio-psycho-sociálno-spirituálna bytosť (WHO)

Fyzické zdravie, Emočné zdravie, Duchovné zdravie, Psychické zdravie

Obnova životnej energie - ako sa dostať do pohody

Motivácia a odmeňovanie pracovníkov

Kurz 5

Tréning Motivácia a odmeňovanie pracovníkov je zameraný na podporu zručnosti lídrov, manažérov a koučov tak, aby dokázali lepšie motivovať, pozitívne ovplyvňovať a dlhodobo udržiavať vysoko-kvalitný výkon spolupracovníkov a podriadených pracovníkov.

Definícia motivácie

definovanie pojmu motivácia, motivácia vs. manipulácia, etika a motivácia

Základné princípy a typy motivácie

Vonkajšia a vnútorná motivácia

Špecifiká osobnosti človeka

typológia manažérov a zamestnancov

Efektívny štýl vedenia ľudí

osobnosť úspešného motivátora, prikazovanie, presvedčanie, participovanie a delegovanie motivácia, teória potrieb podľa Maslowa a Herzberga, najúčinnejšie motivátory a satisfaktory pre rôzne skupiny dôvodov, príčiny demotivácie ľudí, spôsoby motivácie cez ciele, náplň práce, zodpovednosť pravidlá podmieňovania a odmeňovania, čo motivuje mňa a mojich pracovníkov, sebaopoznanie a manažérske zručnosti v asertivite, vzťahoch, plánovaní, organizovaní a schopnosti motivovať okolie, príklady demotivačnej komunikácie, ako neodradíť iných, vedenie rozhovoru a aktívne počúvanie, moderné manažérske štýly riadenia (líder, kouč) a ich realizácia v praxi účastníkov kurzu

Stratégie zvyšovania motivácie

Dlhodobé plánovanie kľúčových aspektov motivácie

Hodnotenie pracovného výkonu

etapy systematického hodnotenia pracovníkov

Odmeňovanie

Zložky systému odmeňovania

Formy a metódy

autodiagnostika, brainstorming, motivačné mapy, dotazníkové metódy, prezentácie, diskusia, skupinová práca, videotréniny motivačných rozhovorov s následnou analýzou a spätnou väzbou

Time a Stres Manažment

Kurz 6

Riadenie svojho času, plánovanie a prioritizácia úloh počas dňa už dávno prekračuje rámec bežného "time-manažmentu". Spája sa a súvisí s množstvom ďalších výziev z rôznych oblastí nášho života, práce, okolia. Prinášame Vám preto spojenie dvoch najsilnejších oblastí riadenia vnúto...

Pracujete na 150% a napriek tomu stále nestíhate?

Podľa kurzu spoznáte spôsoby a nástroje na efektívne plánovanie pracovných aktivít pri zachovaní časovej rezervy na osobné aktivity a rodinu.

Často počúvate, že Vaši spolupracovníci alebo podriadení majú toho viac ako zvládajú stihnúť?

Spoznajte fakty, argumenty a spôsoby ako plánovanie času správne usmerňovať a dosahovať zlepšenie pracovných procesov.

Používate time manažment, ale stále máte ťažkosti so synchronizáciou s druhými ľuďmi?

Naučíme Vás rozpoznávať nástrahy, ktoré môžu narušiť Vaše plány. Zlepšíte organizáciu času a lepšie sa naučíte určovať, ktoré dni sú vhodné na určitý typ činností.

Tréningový program

Plánovanie času - time manažment

štyri generácie efektívnej organizácie času, stanovovanie cieľov a riadenie podľa cieľov, eisenhowerov princíp, krivka výkonnosti, krivka koncentrácie, biorytmus, paretov princíp, metóda "abc", diagram príčin a následkov, zlodeji času a ich eliminácia, proaktivita a reaktivita

Sebariadenie - stres manažment

životné hodnoty a okruh životných cieľov sebaopoznanie - kariérové kotvy a riadenie svojej kariéry, zladenie životných a pracovných priorit, stres a okolie človeka, aktívne narábanie s vlastnou psychickou energiou, čo je stres, význam stresu, ako vzniká stres, aké sú dôsledky stresu, techniky zvládania stresu, identifikácia vlastných stresorov, skryté a zreteľné príznaky - spúšťače stresu, autodiagnostika hladiny stresu, typy stresových reakcií, schopnosť ich rozpoznať a predvídať

Metodika a techniky

krátke relaxačné techniky krátke teoretické vstupy, skupinové cvičenia a modelovanie situácií, autodiagnostika, riadená diskusia, nácvik krátkych relaxačných a aktivačných techník

Akčné plány na osobný rozvoj

Tímová práca - vedenie ľudí v tíme

Kurz 7

Cieľom tréningu tímová práca - vedenie ľudí v tíme je oboznámiť účastníkov s rôznymi faktormi, ktoré ovplyvňujú efektívnosť tímu, umožniť pozrieť sa na seba ako na vedúceho tímu, spoznať a rozvinúť svoje predpoklady na efektívneho vedúceho tímu, identifikovať možnosti rozvoja prís...

Definovanie tímu

jednotlivci v skupinách, prečo sa ľudia združujú definícia tímu, charakteristické vlastnosti skupiny a tímu typy skupín, prečo im treba rozumieť, využitie formálnych skupín v organizáciách tímová práca, faktory úspešnej tímovej práce, fázy tvorby tímu

Vedenie tímu

definícia vedenia, vlastnosti a štýly vedenia lídra, úlohy lídra v jednotlivých fázach vývoja tímu rozvoj tímu, interné a externé opatrenia pri vedení ľudí, efektívna tímová práca, veľkosť tímu, tímové role, sebaopoznávanie v súvislosti s tímovou spoluprácou, zloženie tímu z rôznych uhlov pohľadu, integrácia vedenia a riadenia tímu

Výhody a nevýhody tímovej spolupráce

úskalía tímovej práce, všeobecné problémy tímov, prečo tímy nefungujú, dôvody neefektívnosti tímovej práce, skryté záujmy

Komunikácia pri vedení tímu

Spôsoby efektívnej komunikácie pri vedení tímu

Techniky pre úspešné vedenie tímu v praxi

Základné manažérske zručnosti

Kurz 8

Kurz je vhodný pre všetkých vedúcich pracovníkov, ktorí si chcú osvojiť najdôležitejšie manažérske zručnosti, vhodné spôsoby vedenia a stať sa úspešnejšími manažérmi aj vďaka svojmu osobnému rozvoju. Kurz poskytuje rozšírenie horizontov od teoretických znalostí k rozvoju schopnos...

Štýly vedenia

výhody a nevýhody rôznych štýlov vedenia, efektívnosť riadenia, cyklus riadenia, hlavné úlohy vedúceho, situačné vodcovstvo, rôznorodé prístupy k vedeniu ľudí (prikazovanie, presvedčanie, spolupráca, participácia)

Moderné teórie líderstva

Transformačný leadership, Transakčný leadership, Servant leadership, Charizmatický leadership, Efektívni nasledovatelia

Zásady individuálnej práce s ľuďmi

definovanie stratégie pre ľudí v tíme a nástroje dosahovania cieľov, ako zadávať úlohy, ako účinne a efektívne delegovať úlohy, ako kontrolovať zvyšovanie úrovne zaangažovanosti ľudí pre úlohy, definovanie kľúčových kompetencií členov tímu

Motivačné a demotivačné faktory

vedenie tímu a budovanie tímovej spolupráce, zhodnocovanie pozitív a negatív, orientácie na ľudí a ich výkonnosť, plánovanie a efektívne využívanie zdrojov, efektívne vedenie interných porád, úspešné obchodné stretnutie

Spôsoby pre efektívne vedenie ľudí v procesoch

Rozhodovanie a úsudok, Plánovanie a organizácia, Vedenie ľudí a riešenie problémov, Vedenie ľudí a komunikácia, Vedenie ľudí a smerovanie

Výhody a nevýhody hodnotenia pracovníkov

vedenie rozhovorov, poskytovanie spätnej väzby riadenie pomocou osobných cieľov, efektívnosť práce manažéra, manažérska komunikácia a komunikačné zručnosti [Metóda GROW](#) napomáha rozvoju aktivity, samostatnosti, angažovanosti a motivácie pracovníkov, riadenie seba a svojho času, delegovanie úloh, predchádzanie a riešenie konfliktov, sebaopoznanie a riadenie vlastného rozvoja

Zvládanie stresu a budovanie odolnosti

Kurz 9

Stres je nevyhnutný, vyhorenie nie. Tento dynamický workshop vás prevedie cestou od preťaženia k vnútornej stabilite a zmysluplnému výkonu. Zrozumiteľne vysvetlíme, čo sa deje v tele a myslí pod tlakom a premeníme teóriu na prax. Tento kurz je učný pre profesionálov vystavených...

Odolnosť/Reziliencia a Stress Management:

Psychická a mentálna odolnosť, vnútorná sila, ktorá nám umožňuje zvládať zmeny, životné výzvy, ciele, neúspechy a vyjsť z týchto situácií posilnení.

Štyri piliere odolnosti/reziliencie

„Psychologický imunitný systém“

Výkon a stres

- Čo je to stres: pozitíva/negatíva

Vyhorenie a jeho štádiá

Spúšťače stresu na pracovisku

Budovanie osobnej reziliencie

Prvá pomoc v stresových situáciách

Ako porozumieť a pracovať s úzkosťou a strachom

Úzkosť a strach (rozdiel)

Kedy si poradím sám/sama, kedy vyhľadať odbornú pomoc

Prečo máme sklony k negatívite

Prečo sa bojíme nebáť sa

Ako zredukovať hrozby

(skutočné i neskutočné), posilniť svoje skutočné zdroje, ktoré mi umožnia čeliť hrozbám

Ako čeliť výzvam Vysporiadanie sa so zmenami

- pomoc sebe i ostatným pri zvládaní zmien

Ako sa rozhodovať v čase neistoty

Copingové stratégie na zvládanie zmien