

# OSOBNÍ ROZVOJ PEDAGOGA

místo konání HRADEC KRÁLOVÉ, říjen až prosinec 2024

„Minimum teorie, maximum zážitků a sebeuvědomění!“

## Cíl:

- 3 oddělené dny interaktivního workshopu se skupinovým koučinkem, který účastníky aktivně vtahuje do realizace změn v chování, myšlení a postojích (1 den v měsíci, prezenční forma, čas v mezidobí na plnění akčních kroků)
- zážitky vlastního sebeuvědomění v interakci s druhými lidmi, zhodnocení nastavení mysli a rozhodnutí ke konkrétním změnám, které jsou pro jedince trvale udržitelné a směřují k pozitivní vizi, nadhledu a motivaci v práci
- cílem kurzu je osobní spokojenost účastníků, vyváženost, optimismus a flexibilní přístup ke změnám při zastávání všech rolí, ve kterých se pedagog ve své praxi nachází, jako jsou např. odborník, vizionář, hybatel změn, mentor, autorita, rádce, vzor, apod. a v neposlední řadě i dobrý kolega v týmu sborovny
- součástí je 360° zpětná vazba při identifikaci týmových rolí, čeho si na mně ostatní cení, jak bych mohl/a efektivněji přispívat v oblastech svých silných stránek (11-ti stránková originální zpráva ze systému Belbin Interplace 8, UK - inovovaného), ¼ hodinová individuální online konzultace k výsledkům, nastavení rozvojových oblastí, možnosti změn

## Obsah a termíny konání:

### 1. POZITIVNÍ MYŠLENÍ, termín: 24.10.2024, 8:30 až 16:00 hod.

#### Síla a moc pozitivního myšlení

- co je pozitivní myšlení, vliv na situaci, možnost volby, přerámování jako základní technika neurolingvistického programování, zaměření na širší možnosti, přebírání vlastní zodpovědnosti, tvorba vědomých rozhodnutí, kauzální myšlení a jeho pastí, využití svobodné volby a kreativity, fyzické a psychické výhody pozitivního myšlení)

#### Techniky na změnu stereotypu myšlení, jak si držet nadhled, optimistický postoj trvale

- automatické myšlenky, negativní předpovědi, experimentování s novým chováním, pozice vnímání, asociovaný vs. disociovaný stav myšlení - ochrana před nepříjemnými emocemi, nástroj Inner-game - vědomé překlápění negativních podnětů na neutrální či pozitivní, metoda naučeného optimismu, well-being

#### Budování spokojenosti, motivace a úspěchů v osobní i pracovní oblasti, vliv pozitivního myšlení na zdraví, tvorbu vztahů i celkovou životní spokojenost

- diamant hodnot - vytváření trvale udržitelného štěstí v oblastech smyslu, výsledků, ve vztazích a v odkazu, hledání zdrojů klidu a rovnováhy, vyvážení vztahů a užívání si života v plně šíři a bohatosti, optimismus jako emoce i převažující životní nastavení (nálada), sebenavigování k pozitivnímu myšlení, pozitivní myšlení v rámci kultury organizace, vliv na vztahy v týmu

### 2. AKTIVNÍ PŘÍSTUP KE ZMĚNÁM, termín: 20.11.2024, 8:30 až 15:00 hod., plus 1 výuková hodina online konzultace k výsledkům dotazníku týmových rolí v mezidobí

#### Můj přístup ke změně

- úspěšné a neúspěšné projekty, motivy, hodnoty, postoje, výsledkový vs. problémový rámec, proaktivní vs. reaktivní chování, flexibilita, jazyk změny, vzorec změny, změna a výkonnost

#### Posílení emoční gramotnosti

- co nám emoce hovoří, jak ovlivňují naše chování, role emocí ve změnovém řízení, trsy emocí, podrobné prozkoumání emocí vyskytujících se ve změnovém řízení, navigování emocí ke změně, změnové projektování

#### Nástroje pro komunikaci změny a motivaci ke změně

- rozhovory otevírající myšlení, technika otevřené linie, technika rychlých zdrojů pro změnu, Disney strategie pro generaci nápadů, podnětů a práci s nimi

### 1. TÝMOVÁ PRÁCE - BELBINOVY TÝMOVÉ ROLE, termín: 17.12.2024, 8:30 až 16:00 hod.

#### Teorie týmových rolí britského sociologa Mereditha Belbina

- principy světa vzájemné spolupráce, ale i složité chemie vztahů mezi různými členy týmu, mé hlavní týmové role, čím sami týmu přispíváte a kde je užitečnější přenechat iniciativu ostatním členům týmu, proč je důležité mít tým co do zastoupení týmových rolí vyvážený, jaké akce v týmu podporovat, jak v týmu ladit proaktivitu, týmovou atmosféru i výsledky, vlastní sebezpoznaní a sebeuvědomění, řada vzhledů do složité problematiky lidských vztahů při práci v týmu a nabídka nástrojů, jak týmovou práci ve škole posilovat a jakou roli v tomto procesu mohou sám sehrát

#### Individuální zpráva o týmových rolích s 360° zpětnou vazbou

- jak mne vidí kolegové, jak se vidím já sám, online konzultace k výsledkům, nalezení rozvojových oblastí, vyladění osobní práce v týmu, podněty pro změnu

## Informace a přihlášky:

Místo konání: Centrum andragogiky, s.r.o., K Dolíkám 809, Hradec Králové

Cena: 12.000,- Kč bez DPH, cena včetně DPH 14.520,- Kč, možnost využití slevy 2 + 1 zdarma - při přihlášení dvou účastníků z téže školy, má účast na kurzu třetí účastník zdarma

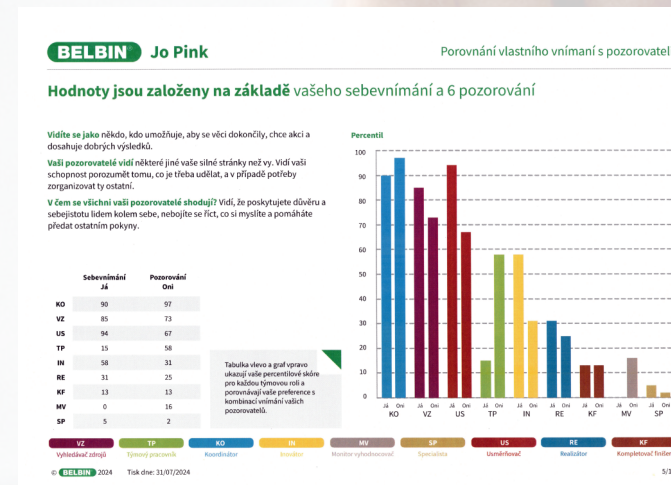
Přihlášení: [www.zazitkemkrozvoji.cz](http://www.zazitkemkrozvoji.cz) nebo na mail: [ilona.mickova@proudaktivit.cz](mailto:ilona.mickova@proudaktivit.cz)

## Lektor:



### Ing. Mgr. Ilona Mičková, PCC

„Věnuji se rozvoji lidí a týmu zejména ve výrobních firmách více než 20 let, mám pracovní zkušenosti rovněž z prostředí gymnázia a základní školy, jsem lektorem, koučem, psychologem, konzultantem, ráda spojuji více rozvojových směrů najednou, jde mi o posun člověka či týmu, o zážitek z uvědomění si věcí a nalezení inspirace a smyslu k vlastnímu rozvoji. V programu mám roli lektora a propojovatele mezi teorií a jejím praktickým uplatněním.“



## Reference účastníků těchto kurzů:

### Co použiji v praxi?

- „od skepse k lepší stránce, jak si zachovat optimismus proti stěžovatelům, metody změny myšlení, techniku otevřené linie, zaměření na cíle, ne problémy, omezení negativních emocí a myšlenek ve prospěch zdraví, rozvíjení vize, překlopení myšlení, začnu se více chválit a nevidět své nové úkoly pesimisticky, koláč hodnot, Catch it! Check it! Change it!“
- „myšlenkovou mapu, řízení změn v týmu, fáze změny, porozumění emocím při změně, to, že změna chce čas a ten je pro každého jiný“
- „snažit se být víc optimistický, zamyšlení nad zpětnou vazbou od lidí, kolegů, budu více vnímat okolí, přeberu více rolí koordinátora a nebudu mít obavy prosadit své názory v týmu, způsob, jak komunikovat s jinými týmovými rolími, osobnostmi, více tolerance k jiným rolím, více sebezpoznaní a své rozvojové oblasti pro změnu“

