



TEORIE  
A PRAXE



# MANAŽER/MANAŽERKA

## MODUL PRO STŘEDNÍ MANAGEMENT

Kurz se zaměřuje na rozvoj několika klíčových manažerských dovedností. Během šesti intenzivních dnů získáte praktické nástroje a znalosti, které Vám pomohou efektivně řídit své týmy, zlepšit pracovní procesy a podpořit osobní a profesní růst.

## OBSAH KURZU

### 1. den – Základy manažerských dovedností (10. 9., Jaroslav Juha)

- rozvoj komunikačních dovedností: verbální a neverbální komunikace, efektivní prezentace
- zlepšení time managementu: plánování, prioritizace úkolů, správa času ...

### 2. den – Týmová práce a spolupráce (25. 9., Jaroslav Juha)

- rozvoj týmových schopností: team building, spolupráce, řešení konfliktů, budování důvěry
- efektivní schůzky a spolupráce: příprava, vedení a následná akce po schůzkách ...

### 3. den – Řízení výkonu a hodnocení zaměstnanců (8. 10., Jaroslav Juha)

- hodnocení výkonu: stanovování cílů, zpětná vazba zaměstnancům
- rozvoj zaměstnanců: mentoring, plánování kariérního rozvoje, trénink a rozvoj dovedností ...

### 4. den – Procesní optimalizace a efektivita práce (25. 10., Jan Šindelář)

- procesní analýza: identifikace a analýza pracovních procesů, nalezení úskalí a zlepšení
- lean management, principy, minimalizace plýtvání, zvyšování efektivity práce

### 5. den – Zvládání stresu a Well-being (13. 11., Darina Filip)

- efektivní zvládání stresu v každodenním životě
- jaký dopad na náš život stres má a jaké jsou jeho příčiny, techniky pro snižování stresových faktorů
- well-being na pracovišti: podpora fyzického a duševního zdraví zaměstnanců, vytváření zdravé pracovní kultury, podpora produktivity, nástroje pro podporu duševní pohody, péče o vlastní duševní hygienu

### 6. den – Rozvoj osobního a profesionálního růstu (27. 11., Darina Filip)

- rozvoj osobních a profesních dovedností, prvky a principy sebekoučování
- kariérní rozvoj: plánování kariéry, profesní růst a ambice
- práce s vlastním potenciálem, motivací a vizí, interaktivní nástroje pro sebezpoznání

## LEKTOŘI

### Bc. Jaroslav Juha

Konzultant, lektor a kouč. Absolvent Ostravské univerzity v oborech psychologie a základy společenských věd. Lektorské činnosti se věnuje od roku 2017. Ve své praxi se zaměřuje na oblast obchodu, managementu a personalistiky. Absolvoval komplexní výcvik v oblasti individuálního a týmového koučinku. Ve své praxi se věnuje například tématům: týmová spolupráce a rozvoj, komunikace, age management a generační management, rozvoj firemní kultury.



### Jan Šindelář

Konzultant a lektor se zkušeností z oblasti výrobního systému, kde působil léta jako manažer. V současné době se věnuje poradenské činnosti a aktivnímu moderování workshopů či školení převážně v oblasti IT, umělé inteligence. Jeho kurzy jsou z velké části zaměřeny na praktickou část a k praktickým výsledkům cílí.



### Darina Filip, MBA

Koučka, mentorka a lektorka v oblasti rozvoje manažerských a obchodních dovedností, lektorka soft skills školení. Absolventka výcviku Integrativních koučů, zaměřuje se na individuální, skupinové i týmové koučování. Od roku 2016 se věnuje především vzdělávání manažerů a obchodníků. Velkou část kariéry působila na pozici interního lektora v korporátní společnosti. Získala vzdělání v oboru management obchodu a služeb, a také v oboru andragogika a management vzdělávání. Ve svých školeních dává důraz na prožitkovou formu.



## TERMÍNY 6DENNÍHO KURZU

10. 9., 25. 9., 8. 10., 25. 10., 13. 11., 27. 11. 2024 (08:00 – 15:30)

## MÍSTO

Technologické inovační centrum, Vavrečkova 5262, 760 01 Zlín