



Women Leadership & Resilience Academy



2021

Dovoľte, aby sme Vám predstavili komplexný vzdelávací program Women Leadership & Resilience Academy.

Hlavným cieľom akadémie je rozvinúť líderské zručnosti, ktoré sú nevyhnutné pre morálne dobrý a zároveň efektívny „Women Leadership“, skvalitnenie medziľudských vzťahov, tímovej a medzi-tímovej spolupráce, budovanie žiadúcej firemnej kultúry a v neposlednom rade aj reziliencie, psychickej odolnosti a angažovanosti všetkých záujmových skupín, tzv. stakeholderov.

„Women Leadership & Resilience Academy“ tvoria 4 hlavné moduly:

- I. „Women leadership“ a emočná inteligencia– čo to je, ako a prečo ho rozvíjať.
- II. „Self-leadership“, etika a reziliencia.
- III. Vytváranie žiadúcej firemnej kultúry podporujúcej rozvoj potenciálu zamestnancov (metodika OCAI).
- IV. Stakeholder manažment a budovanie dobrých vzťahov prostredníctvom metodiky persolog® Personality Factor Model.

V čom spočíva hodnota takto koncepcne navrhnutého komplexného vzdelávacieho programu? Efektívne manažérske vzdelávanie je proces, ktorý musí v sebe obsahovať nielen prácu na odborných kompetenciách, ale hlavne prácu na svojom self-leadership, emočnej inteligencii, kritickom myslení, reziliencii, schopnosti rozpoznať potenciál svojich zamestnancov a vytváraní dobrých medziľudských vzťahov založených na empatickom porozumení.

Nižšie v tomto dokumente nájdete podrobnejšie informácie k jednotlivým modulom, návrh obsahovej štruktúry pre jednotlivé tréningy, vrátane časového harmonogramu a profilov lektorov. V prípade akýchkoľvek otázok ma prosím neváhajte kontaktovať.

S úctou,

Zuzana Čmelíková



PhDr. Zuzana Čmelíková, PhD.

Konateľka, senior-trénerka

Better Future, s.r.o. & www.reziliencia.sk



mobil: 00421 907 684 817

e-mail: zcmelikova@better-future.eu

„Women leadership & Resilience Academy“

- I. **MODUL:** „Women leadership“ a emočná inteligencia.

- II. **MODUL:** „Self-leadership“, etika a reziliencia.

- III. **MODUL:** Vytváranie žiadúcej firemnej kultúry podporujúcej rozvoj zamestnancov a firmy. (Metodika OCAI)

- IV. **MODUL:** „Stakeholder manažment“ a budovanie dobrých vzťahov prostredníctvom metodiky persolog® Personality Factor Model.

***V záverečnej časti ponuky uvádzame
profily našich tréneriek.***

I. MODUL: „Women leadership“ & emočná inteligencia

Ciel' tréningu:

Kladiete si otázky: „Čo je to „women leadership“? Líši sa niečím od toho mužského? Ako? Je to vôbec dôležité? Čím je ženský leadership výnimočný? Môže sa človek naučiť byť lídrom alebo to musí byť len vrodená danosť?“

Ak áno, potom odpoveďou na vaše otázky je účasť na tomto module o „Women leadership“. Cieľom tohto modulu je naučiť vás, aké štýly leadershipu existujú, aké archetypy leadershipu si nesieme v sebe, ktoré štýly nám ako ženám najviac vyhovujú. Prejdeme si časovou osou z histórie do súčasnosti ohľadne postavenia žien v rámci spoločnosti. Zistíte, či aj vy vlastníte „sily lídra“ a či viete, ako s nimi pracovať. Spoločne odhalíme ten váš štýl ako aj vaše „pasce lídra“.

Ciel'ová skupina: manažment spoločnosti

Tréning je zameraný najmä na spoznanie kvalít a výhod „women leadershipu“, jeho kľúčových atribútov, osvojenie si a nájdenie vlastného štýlu vedenia ľudí, čo prispeje k efektívnemu budovaniu kvalitných a pevných vzťahov na pracovisku.

- **klúčové kompetencie:** sebaopoznanie/sebauvedomenie, sebaregulácia, komunikácia, spolupráca, vytváranie dobrých vzťahov, zodpovednosť.
- **klúčové zručnosti:** efektívne definovanie a dosahovanie cieľov, pozitívne myslenie, schopnosť motivovať a inšpirovať, objektívne hodnotenie, empatia, dôvera, emočná inteligencia.

Hlavné témy tréningu:

BLOK I.: „Women leadership“. Historické postavenie žien v spoločnosti. Čo je leadership a aká je jeho dôležitosť? Prierez teóriami leadershipu od minulosti do súčasnosti.

BLOK II.: Osobnosť lídra. Nastavenie mysle. **Predsudky** voči „women leadershipu“ („glass ceiling syndrome“, „sticky floors“, dvojaký štandard,...). Porovnanie **mužského a ženského princípu**. Rozdiel medzi manažérom a lídrom.

BLOK III.: Emočná inteligencia vo vzťahu k leadershipu. Líder a nasledovníci. **Typy leadershipu**- praktické ukážky. **Štýly vedenia ľudí podľa situačného leadershipu**- dotazník. **Moci lídra.** Kompetencie lídra.

BLOK IV.: Archetypy lídra. Pasce lídra.

Metódy tréningu: prednáška, video, koučing, mentoring, diagnostika, rolové hry, tréning

Termín tréningu: dohodou

Miesto tréningu: dohodou

II. MODUL: „Self-leadership“, etika a reziliencia.

Cieľ tréningu: Hlavným cieľom tohto modulu je naučiť Vás používať konkrétne metódy a techniky, ktoré priamo vplývajú na rozvoj Vášho „self-leadershipu“ a osobnej reziliencie a to nielen v pracovnej, ale i v súkromnej oblasti, čo bude mať za následok efektívnejšie využívanie Vašich schopností, Vašej energie, Vášho času, vytváranie vzťahov založených na dôvere, rozvoj Vášho kritického myslenia, kreativity a kongruencie. Po absolvovaní tréningu získate nový pohľad na možnosti Vášho celkového nastavenia, riešenia neštandardných, problematických, záťažových a stresových situácií. Naučíme Vás ako rozvíjať svoje silné stránky, ako pracovať s konkrétnymi komunikačnými technikami, ako zvládať stres, predchádzať syndrómu vyhorenia a ako využívať techniky kritického myslenia vychádzajúce z najnovších poznatkov pozitívnej psychológie.

Cieľová skupina: manažment spoločnosti

Tréning je zameraný najmä na tréning kľúčových kompetencií a kľúčových zručností vedúcich k vyššej reziliencii, psychickej odolnosti, výkonnosti, spokojnosti a angažovanosti.

- **klúčové kompetencie:** sebauvedomenie, sebaregulácia, kritické myslenie, energy-management, vytváranie dobrých vzťahov, realistický optimizmus, vytrvalosť a doťahovanie vecí do úspešného konca.

- **klúčové zručnosti:** efektívne definovanie a dosahovanie cieľov, pozitívne myslenie, vzorce myslenia (myšlienka - dôsledok), efektívne manažovanie našej energie, eliminácia neproduktívneho myslenia, predsudky a neefektívne vzorce nášho správania (diagnostika, uvedomenie, zmena), efektívne komunikačné zručnosti, kritické myslenie, mentálne hry, efektívna pochvala, oceňovanie a spätná väzba, empatická komunikácia.

Hlavné témy tréningu:

BLOK I.: „Self-leadership“, etika a reziliencia. Psychická odolnosť. Mentálna a emocionálna agilita. Angažovanosť.

BLOK II.: Kľúčové kompetencie rozvoja nášho „self-leadershipu“, etickej kongruencie a reziliencie (Sebauvedomenie. Sebaregulácia. Kritické myslenie. Realistický optimizmus. Energy-management. Vytváranie dobrých vzťahov. Vytrvalosť.).

BLOK III.: Diagnostika RQ (resilience quotient), podávanie spätnej väzby.

BLOK IV.: Tréning konkrétnych techník a metód reziliencie – napr. ako efektívnejšie zvládať stres, ako lepšie zvládať svoju emocionalitu, ako rozvíjať kritické myslenie u manažérov a pod.

BLOK V.: Tvorba plánu osobného rozvoja reziliencie.

Ciel'ová skupina: manažment spoločnosti

Metódy tréningu: koučing, mentoring, diagnostika RQ, prípadové štúdie, rolové hry, tréning, tvorba plánu osobného rozvoja v oblasti reziliencie.

Termín tréningu: dohodou

Miesto tréningu: dohodou

III. MODUL: Vytváranie žiadúcej firemnej kultúry podporujúcej rozvoj potenciálu zamestnancov (Metodika OCAI)

„Women leadership“ a firemná kultúra

Cieľom tretieho modulu je:

- zdôvodniť, prečo je dôležité, aby lídri venovali cielenú pozornosť formovaniu žiadúcej firemnej kultúry. „Dobrá firemná kultúra si dá firemnú stratégiu na večeru!“ (Peter Drucker)
- význam a dôležitosť dobrého leadershipu a followershipu pre vedomé kreovanie žiadúcej firemnej kultúry
- predstavenie a prevedenie diagnostického nástroja na meranie súčasného a želateľného stavu firemnej kultúry „OCAI“ (Organizational Culture Assessment Instrument), ktorý umožní identifikovať aj reálne žité firemné hodnoty
- predstaviť celý proces formovania firemnej kultúry – od úvodného workshopu, cez diagnostiku firemnej kultúry, analýzy dát, identifikácii a následnej klarifikácii firemných hodnôt, tvorby vízie a poslania, po tvorbu konkrétnej stratégie, v rámci ktorej významnú úlohu zohráva aj nastavenie efektívneho vzdelávacieho plánu, v srdci ktorého by mal byť tréning hodnôt pre všetkých novoprijatých aj existujúcich zamestnancov
- uviesť konkrétne prípadové štúdie z tvorby žiadúcej firemnej kultúry z domácej i zahraničnej praxe.

Časový harmonogram:

08-30 – 10-00 BLOK I.

Firemná kultúra – čo je to a prečo je dôležité venovať jej formovaniu cielenú pozornosť. Materiálne a nemateriálne artefakty firemnej kultúry.

10-00 – 10-15 prestávka

10-15 – 12-00 BLOK II.

Leadership a Followership.

Predstavenie diagnostického nástroja na meranie súčasného a želateľného stavu firemnej kultúry „OCAI“ (Organizational Culture Assessment Instrument). Diskusia.

12-00 – 13-00 obedňajšia prestávka

13-00 – 14-30 BLOK III.

Predstavenie celého procesu formovania firemnej kultúry – od úvodného workshopu manažmentu, cez diagnostiku firemnej kultúry, analýzu dát, analýzu firemných dokumentov, identifikáciu a následnú klarifikáciu firemných hodnôt, vízie a poslania, po tvorbu konkrétnej stratégie, v rámci ktorej významnú úlohu zohráva aj nastavenie efektívneho vzdelávacieho plánu, v srdci ktorého by mal byť tréning hodnôt pre všetkých novoprijatých aj existujúcich zamestnancov.

14-30 – 14-45 prestávka

14-45 – 16-00 BLOK IV.

Prípadové štúdie z formovania žiadúcej firemnej kultúry z domácej aj zahraničnej praxe. Diskusia.

Ciel'ová skupina: manažment spoločnosti

Metódy tréningu: koučing, mentoring, diagnostika OCAI, prípadové štúdie, rolové hry, tréning, tvorba plánu osobného rozvoja v oblasti reziliencie.

Termín tréningu: dohodou

Miesto tréningu: dohodou

IV. MODUL: „Stakeholder manažment“ a budovanie dobrých vzťahov prostredníctvom metodiky persolog® Personality Factor Model.

HLAVNÉ TÉMY TRÉNINGU:

BLOK I.: Stakeholder manažment, komunikácia a osobnostná typológia

Stakeholder manažment.

Predstavenie metodológie persolog®.

Pochopenie stratégie stakeholder manažmentu pre efektívnu firmu so všetkými stakeholdermi (záujmovými skupinami). Možné komunikačné výzvy – ako ich predvídať a ako s nimi pracovať.

BLOK II.: Persolog®

Prínosy využitia nástrojov persolog® pre zvýšenie výkonnosti zamestnancov, zlepšenie fungovania tímov, zefektívnenie komunikácie, riadenia ľudí, predaja a pod. Aký typ komunikácie je vhodný pre jednotlivé profily. Základné osobnostné typy ľudí:

Dominantný typ

Interaktívny typ

Stabilný typ

Konštruktívny typ

BLOK III.: Persolog® profil správania

Pochopenie vlastného správania a správania iných ako základný predpoklad efektívnej manažérskej komunikácie. Persolog® profil správania Vám ukáže cestu ako lepšie porozumieť sebe i ostatným. Identifikovanie vlastného profilu – kto som, ako najľahšie dosahujem ciele a úlohy.

Každý dostane spätnú väzbu k svojmu persolog® profilu správania, ktorý si vypracuje prostredníctvom zaslaného linku ešte pred tréningom.

Analýza výsledkov – aké sú silné a slabé stránky a ako s nimi pracovať s cieľom efektívne komunikovať.

Odporúčania a diskusia ako rozvíjať vlastný komunikačný potenciál.

IV. BLOK – Tréning komunikácie persolog®

Odporúčania a diskusia ako efektívnejšie reagovať a konať v zložitých komunikačných situáciách s rôznymi stakeholdermi. Riešenie prípadových štúdií.

Metódy tréningu: diagnostika persolog®, koučing, mentoring, prípadové štúdie, rolové hry, komunikačný tréning, video-tréning

Cieľová skupina: manažment spoločnosti

Termín tréningu: dohodou

Miesto tréningu: dohodou

Lektorské profily

Profil trénerky: PhDr. Zuzana Čmelíková, PhD.

Zuzana Čmelíková má ukončený 3. stupeň vysokoškolského štúdia v odbore humánny manažment na Univerzite Mateja Bela. Úspešne absolvovala odborné zahraničné stáže v Belgicku (Boston University v Bruseli) a v U.S.A. na Jepson School of Leadership Studies, University of Richmond v Richmonde a na Darden School of Business, University of Virginia v Charlotsville. Svoje odborné skúsenosti vo firemnom vzdelávaní získala aj prostredníctvom programu Internship v Ukrop's Super Markets Inc. v Richmonde, Virginia, USA. V rokoch 2004-2009 pracovala na Univerzite Mateja Bela ako odborná asistentka, zástupkyňa vedúceho katedry a členka akademického senátu. V tom istom období pôsobila v Centre aplikovanej etiky BB CAE ako trénerka a koučka. Od roku 2009 - 2011 pôsobila v Belgicku ako Independent Researcher. Venovala sa štúdiu organizačného leadershipu, organizačnej kultúry, organizačným hodnotám a firemným vzdelávacím programom. Svoje skúsenosti zhrnula do odbornej monografie, ktorá je v súčasnosti odporúčaným študijným materiálom pre vysoké školy humanitného a spoločenskovedného zamerania. V roku 2011 založila svoju vlastnú vzdelávaciu spoločnosť Better Future, s.r.o., kde v súčasnosti pôsobí ako manažérka a senior-trénerka. Zároveň sa viac ako 15 rokov venuje lektorskej a trénerskej činnosti najmä v oblastiach diagnostika a tvorba organizačnej kultúry, leadership development, self-management, reziliencia, stres manažment, manažment času, manažérske tréningy, tréningy soft-skills. V roku 2017 bola účastníčkou svojich tréningov nominovaná na ocenenie „Lektor roka 2017“. V rámci tejto súťaže bola finalistkou. V roku 2019 sa stala medzinárodne certifikovanou trénerkou persolog® na zvyšovanie osobnej výkonnosti, organizačnej výkonnosti a zefektívňovanie komunikácie a tímovej práce. V roku 2020 získala certifikáciu na University of Pennsylvania v špecializácii Pozitívna psychológia a reziliencia, priamo od tvorcov tohto konceptu (Martin Seligman, Angela Duckworth, Karen Reivich, James Pawelski).



Profil trénerky: PaedDr. Elena Moravčíková, ACC

Je majiteľkou spoločnosti SoWiRes- Solutions with respect, ktorá je zameraná na oblasť rozvoja a riadenia ľudských zdrojov. Má dlhoročné skúsenosti v bankovníctve, kde pôsobila na rôznych manažérskych pozíciách. Pracovala ako Riaditeľka odboru ľudských zdrojov v spoločnosti Proficredit Slovakia. Niekoľko rokov pôsobila ako Group HR Officer pre viacero spoločností.



Elena Moravčíková je medzinárodne certifikovaná koučka ACC. Je členkou Medzinárodnej federácie koučov ICF, SAKO- Slovenskej Asociácie Koučov, ako aj Slovenskej pobočky ICF. Venuje sa individuálnemu aj tímovému transformačnému koučingu a skupinovému tréningom v oblastiach manažérskych zručností, osobnostného rastu, vrátane komunikačných a prezentačných zručností. Okrem rozvoja a vzdelávania pomáha firmám nastavovať a skvalitňovať procesy v oblasti riadenia ľudských zdrojov. V rámci svojho pôsobenia využíva metodológiu FACET5, v oblasti psychodiagnostiky osobnosti na odhaľovanie potenciálu a rozvoj talentov. Je certifikovaná praktikantka neurolingvistického programovania. Svoje doterajšie skúsenosti a znalosti si rozšírila o oblasť kariérneho poradenstva. Pracuje aj ako kariérna poradkyňa pre dospelých i deti.

Elena Moravčíková vyštudovala Univerzitu Konštantína Filozofa v Nitre, odbor Biológia – Etika s prvkami psychológie, filozofie a teórie poznania. Svoje vzdelanie doplnila doktorátom z Antropológie človeka. Zameriava sa na rozvoj emočnej inteligencie so zameraním na efektívne využívanie komunikačných zručností a tým zvyšovanie úrovne manažmentu ako aj jednotlivcov.

Tešíme sa na našu spoluprácu!

Tím Better Future.