

Komponenta: 4.5 Rozvoj kulturního a kreativního sektoru

Iniciativa: Status umělce a umělkyně

Projekt: „Vzdělávání pracovníků kulturně-kreativního sektoru Jihočeského kraje v roce 2024“, registrační číslo 0317000002

Vážené kolegyně, vážení kolegové,

dovolujeme si Vás pozvat na jednodenní vzdělávací kurz pro pracovníky kulturního sektoru v Jihočeském kraji

KOMUNIKACE V KRIZOVÝCH SITUACÍCH II.

Kurz můžete absolvovat: **13., či 14. nebo 15. května 2024, vždy od 9 do 16 hod.**

Místo konání: **Jihočeská vědecká knihovna v Českých Budějovicích, Lidická 1, přednáškový sál v 1. patře**

Přihlašování probíhá prostřednictvím formuláře:

- 13.5. – <https://forms.gle/rn4wHaMgYUPvgzVQ6>
- 14.5. – <https://forms.gle/8X5LxLvHiBvFFmLPA>
- 15.5. - <https://forms.gle/j5YmnF9nipq98z7V7>

Maximální počet účastníků ve skupině je 20.

Kontaktní osoba: Lenka Věrná, tel. 732 385 782, verna2@kraj-jihocesky.cz

„Podmínkou účasti na jakémkoliv vzdělávacím kurzu v rámci projektu „Vzdělávání pracovníků kulturně-kreativního sektoru Jihočeského kraje v roce 2024“ je vyplnění formuláře s osobními údaji https://www.cbvk.cz/soubory/regionfce/vzdelavani/npo/Formular_osobnich_udaju.pdf včetně písemně potvrzeného souhlasu s užitím os. Údajů pro administrativní potřeby uvedeného projektu. Tato povinnost vyplývá z podmínek výzvy č. 0317/2023 a z rozhodnutí o poskytnutí neinvestiční dotace. Formulář bude všem účastníkům poskytnut na začátku vzdělávacího kurzu.

Zároveň upozorňujeme účastníky, že v průběhu vzdělávacích kurzů budou pořizovány dokumentační fotografie, které nebudou zveřejňovány.

Těšíme se na Vás!

Jihočeská vědecká knihovna v Českých Budějovicích

POPIS KURZU:

STABILIZACE EMOCÍ U PROTISTRANY JEDNÁNÍ

Motto:

„Dostaňme naše vystupování a reakce pod kontrolu tak, abychom pochopili, že nejde o souboj argumentů a kdo s koho, ale o co nejúčinnější řešení situace s minimalizací škodlivých emocí.“

Všichni, kdo přicházejí do kontaktu s jakoukoli formou jednání a vyjednávání vědí, že oblast zájmu druhé strany, tedy zjednodušeně řečeno to, pro co si vlastně přišli, často vůbec nestojí na prvním místě. A protože zkušenosti s rozhovory a vyjednáváním se v našich profesních i osobních životech nevyhnou v podstatě nikomu, podíváme se na to, co bohužel vždycky tak jednoduše zřejmé není.

Abychom byli úspěšní a naplnili při komunikaci cíle přijatelné pro obě strany, nesmíme podcenit další roviny, které dosažení dohody předcházejí. Které to jsou? Odhalíme si je postupně během naší práce, ale rovnou je možné prozradit, že se budou úzce dotýkat dovedností v tom, jak jsme schopni „navnímat“ aktéry na protistraně a jak dokážeme pracovat s emocemi jejich i s těmi svými.

Stabilizovat emoce a dostat je pod kontrolu je tím, co určuje průběh našich dialogů i každé další interakce, ať se již týká klientů z řad čtenářů, návštěvníků, spolupracujících institucí a partnerů, knihovníků a dalších kolegů v týmech i mimo pracoviště. Workshop nabídne tréninkový program, v rámci kterého se naučíme jak deeskalovat napětí na obou stranách a projít komunikací s co největší efektivitou, vnitřní vyrovnaností a klidem.

PROGRAM:

- Tři zásadní věci, které lidé doopravdy od každé komunikační situace chtějí
- Význam emocí aneb proč si všímat i toho, co je skryto za slovy v pocitech
- Hledání a objevování utajovaných motivů
- Model BCSM – Behavioral Change Stairway Model – pět kroků k dosažení dohody a přijetí
- Práce s vlastním egem – zamezení odsudků, posuzování, domněnek vzhledem k situaci i zúčastněným osobám
- Aktivní naslouchání jako první krok BCSM
- Taktická empatie a její přínos pro vyjednávání
- Navázání raportu, cesta k vzájemnému respektu a porozumění
- Rozptýlení negativ
- Proč začínat s „NE“ může přinést namísto konce lepší začátek
- Práce s ústupky a reakce na protinávrh
- Hledání „třetí cesty“ aneb proč účinná komunikace není soubojem argumentů, postojů a stanovisek
- Stabilizace emocí a práce s nimi na cestě ke společné dohodě
- Nejčastější chyby ve vyjednávání a v komunikaci s druhými
- BATNA – co dělat, když se druhá strana nechce dohodnout

- Jak se bránit nekonstruktivnímu chování, manipulaci, trikům a nátlaku
- Jak dobrým vyjednáváním vyhrát i dobré vztahy

Kurz volně navazuje na podzimní workshop Komunikace v krizových a emočně zátěžových situacích, jehož absolvování ale není pro účast nutnou podmínkou.

LEKTORKA:



PhDr. Milada Záborková, Ph.D.

Působí jako konzultantka a lektorka komunikačních dovedností. Od roku 2002 se věnuje oblasti vzdělávání ve veřejné i soukromé sféře, v sociálních službách, v nemocnicích, ve školství, ve firmách i v neziskovém sektoru. Ve svých kurzech a workshopech se zaměřuje zejména na podporu a zlepšování mezilidských vztahů, zabývá se krizovou komunikací, řešením konfliktů při práci s lidmi, zvládnutím změn a stresových situací a rozvojem emočních dovedností. Pracuje s týmy firem, podporuje ve strategickém plánování nadace a neziskové organizace. V oblasti supervize pracuje s prvky reflexe týmu a smysluplného nastavení cílů a hodnot. Zabývá se problematikou mezigenerační spolupráce a pozitivního zohlednění věku a potenciálu lidí. Vystupuje na konferencích, je členkou komisí rekvalifikačního vzdělávání. Publikuje. Řadu let se také zabývá problematikou mezigenerační spolupráce a pozitivního zohlednění věku. Za podpory společnosti Seduo.cz natočila s kolegy na téma emocí v pracovní sféře, plánování profesní kariéry a prevence syndromu vyhoření on-line kurz *Budujte úspěšnou kariéru v každém věku*. V uplynulých letech ve spolupráci s knihovnami ČR realizovala semináře zaměřené na zvládnutí stresových a konfliktních situací, na podporu mezigeneračního souznění i na práci s prioritami, a dále workshopy zacílené na oblasti emočně náročných dialogů, hranice v profesních i osobních vztazích i na zvládnutí krizových a zátěžových situací. Je garantem i lektorkou vzdělávacího modulu SEFTE – Senior friendly teacher, na němž spolupracuje řadu let s týmem lektorů Elpidy, a jímž prošly již desítky úspěšných pracovníků knihoven a dalších vzdělávacích zařízení. V loňském roce pak natočila ve spolupráci s Městskou knihovnou v Praze rozhovor k tématu Psychohygienu v knihovnách. Na základě zkušeností z mnohaleté práce s lidmi, kteří zažívají osobní krizi či procházejí zejména emočně zátěžovými situacemi, jí na podzim 2017 v nakladatelství Grada vyšla kniha přinášející nové pohledy na zvládnutí zátěžových a vyhořelých situací s názvem ***Jak projít životními krizemi k životním výhrám***.