Prokrastinace v praxi vedoucího zaměstnance

Lektor: Mgr. Jaroslav Frank

Cíl: Cílem kurzu je pomoci vedoucím pracovníkům porozumět příčinám prokrastinace a jejím dopadům na jejich práci i výkon týmu. Účastníci se naučí rozlišovat mezi odkládáním úkolů a skutečným pracovním přetížením. Kurz se zaměřuje na identifikaci vlastních bariér, jako je perfekcionismus či vyhýbání se konfliktům, a nabízí praktické nástroje pro jejich překonání. Důraz je kladen na efektivní stanovování priorit, plánování a rozhodování v každodenní praxi vedoucího. Absolventi získají konkrétní techniky time managementu, které jim pomohou jednat včas, systematicky a s větší jistotou.

Program:

- Podstata a příčiny prokrastinace
  - Rozdíl mezi odkládáním a zahlcením
  - Typické projevy u vedoucích úředníků
- Příčiny prokrastinace
  - Psychologické faktory (perfekcionismus, strach z konfliktu)
  - Vliv aktuálních efektů FOMO a FOBO na prokrastinaci
  - Organizační příčiny prokrastinace
- Prokrastinace vedoucího
  - Odkládání rozhodnutí
  - Neřešení problémových zaměstnanců
  - „Hašení požárů“ místo vedení aj
- Prevence prokrastinace
  - Priority a plánování - praktické cvičení účastníků
  - Praktické techniky a nástroje time managementu v praxi vedoucího úředníka

Časová dotace: 6 vyučovacích hodin