



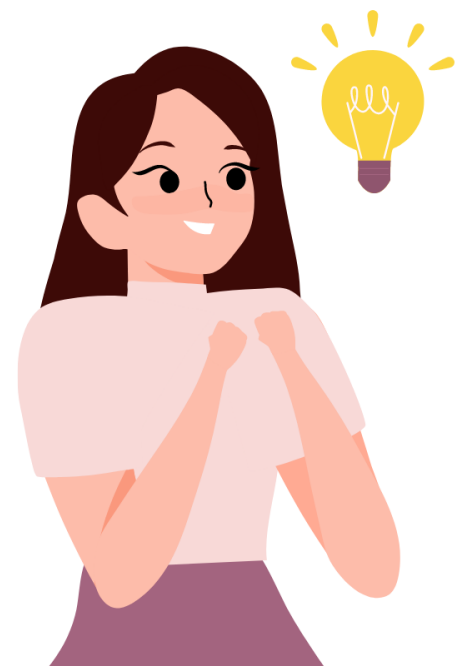
MYŚLENIE I GENEROWANIE ROZWIĄZAŃ

OFERTA WSZECHNICY UJ



- Cykl pięciu spotkań, realizowanych w formule online, dla zespołów.
- Opracowany z myślą o specjalistach i liderach, którzy na co dzień mierzą się ze złożonością - decydują i rozwiązują problemy w warunkach dużej zmienności, ograniczonego dostępu do informacji i presji na szybkie dostarczenie rozwiązania.
- Prowadzący program to psychologowie i facylitatorzy, na co dzień pomagający swoim klientom w podejmowaniu trafnych decyzji i wspólnym rozwiązywaniu problemów.
- Program to seria interaktywnych szkoleń obejmujących m.in. ćwiczenia, dyskusję i pracę w mniejszych grupach. Każdy z modułów trwa 180 min.
- Program realizowany w całości (5 modułów) lub w części – wybór modułów najbardziej dopasowanych do potrzeb zespołu.

Udział w programie to dobry sposób by:



- ✓ wykształcić dobre nawyki radzenia sobie z przeciążeniem informacyjnym;
- ✓ podejmować lepsze decyzje, unikając stosowanych przez innych manipulacji;
- ✓ rozwiązywać problemy bardziej systematycznie i osiągać dzięki temu lepsze wyniki;
- ✓ lepiej radzić sobie z planowaniem w ciągle zmieniających się realiach.

ZAKRES TEMATYCZNY SZKOLENIA

Moduł 1
Jak myśleć lepiej?

Moduł 2
Skupienie i praca głęboka
w środowisku zdalnym

Moduł 3
Błędy poznawcze
i kwestionowanie założeń

Moduł 4
Dostrzeganie i analiza problemów

Moduł 5
Kreatywność i generowanie rozwiązań

MODUŁ 1: JAK MYŚLEĆ LEPIEJ?



Program:

- Co to znaczy myśleć lepiej? Umiejętności i warunki wpływające na rezultaty myślenia.
- Kiedy warto myśleć lepiej? Praktyczne przykłady sytuacji zawodowych wymagających myślenia.
- Czy myślenia można się nauczyć? Rola strategii, nawyków i narzędzi.
- Kompetencje związane z myśleniem – autorefleksja uczestników.
- Co chcę poprawić? Wyznaczanie celów dotyczących doskonalenia myślenia oraz przekazanie wskazówek umożliwiających ich osiągnięcie.

Uczestnicy szkolenia:



Poznają czynniki wpływające na jakość myślenia – odróżnianie predyspozycji, umiejętności i narzędzi



Pogłębią wiedzę na temat własnych, mocnych stron i obszarów wymagających zmiany



Określą cele dla dalszego rozwoju kompetencji związanych z myśleniem

MODUŁ 2: SKUPIENIE I PRACA GŁĘBOKA W ŚRODOWISKU ZDALNYM



Program:

- Mechanizm uwagi i jego wpływ na przetwarzanie informacji.
- Praca reaktywna i praca głęboka: zarządzanie uwagą w pracy zdalnej.
- Umysł rozszerzony: narzędzia omijania ograniczeń uwagi.
- Życzliwość obliczeniowa: projektowanie środowiska pracy sprzyjającego dobremu wykorzystaniu zasobów.

Uczestnicy szkolenia:



Zrozumieją mechanizm działania uwagi - będą potrafili radzić sobie z natłokiem bodźców płynących z social mediów, komunikatorów, bezpośredniego otoczenia



Docenią rolę pracy głębokiej i gotowość do zapewnienia jej odpowiednich warunków w środowisku zdalnym



Będą gotowi do reorganizacji otoczenia w sposób, który zapewnia równowagę między głębokim skupieniem i szybkim reagowaniem na potrzeby innych

MODUŁ 3: BŁĘDY POZNAWCZE I KWESTIONOWANIE ZAŁOŻEŃ



Program:

- Tendencyjność oceny: szacowanie prawdopodobieństwa i jakości zdarzeń.
- Tendencyjność decyzji: podejmowanie ryzyka, planowanie i porównywanie opcji.
- Sztywność ekspercka: standardowe schematy podejścia do problemów.
- Strategie unikania błędów i kwestionowania założeń.
- Strategie wykorzystania błędów w służbie racjonalnego działania.

Uczestnicy szkolenia:



Zrozumieją źródła powszechnych błędów mających wpływ na jakość podejmowania decyzji



Zdobędą umiejętność rozpoznania warunków wymagających szczególnej ostrożności i podejmowania decyzji tak, by skorygować jej tendencyjność



Poszerzą wiedzę o sposobach wykorzystania własnych błędów w pozytywny sposób

MODUŁ 4: DOSTRZEGANIE I ANALIZA PROBLEMÓW



Program:

- Zanim zaczniesz rozwiązywać: etapy systematycznej pracy nad problemem
- Narzędzia identyfikacji i formułowania problemu.
- Narzędzia analizy i pogłębiania rozumienia problemu.
- Twórcze przeformułowanie problemu.

Uczestnicy szkolenia:



Docenią rolę narzekania –
umiejętności dostrzegania
i definiowania problemów



Zrozumieją zadania związane z pracą
w przestrzeni problemu; gotowość
do analizy, zamiast przedwczesnego
wymyślenia rozwiązań



Rozwiną umiejętność stosowania
narzędzi wspierających pracę na
etapie dostrzegania i analizy
problemu

MODUŁ 5: KREATYWNOŚĆ I GENEROWANIE ROZWIĄZAŃ



Program:

- Kreatywność: podstawowe parametry sprzyjające poszukiwaniu twórczych rozwiązań.
- Poza „burzę mózgów”: możliwości i ograniczenia najczęściej stosowanych technik
- Zmiana perspektywy: narzędzia generowania rozwiązań oparte na kwestionowaniu założeń
- Techniki kombinatoryczne: narzędzia generowania rozwiązań oparte na siłowym zestawieniu elementów
- Selekcja rozwiązań z wykorzystaniem analizy kryterialnej.

Uczestnicy szkolenia:



Rozszerzą repertuar narzędzi wspierających generowanie rozwiązań



Będą potrafili dopasować wykorzystywane techniki do sytuacji



Wzmocnią umiejętność porządkowania wypracowanego rezultatu i zwiększą gotowość do systematycznej pracy nad problemem

PROWADZĄCY



dr Maciej Świeży

Dyrektor Programowy,
trener, coach, facylitator



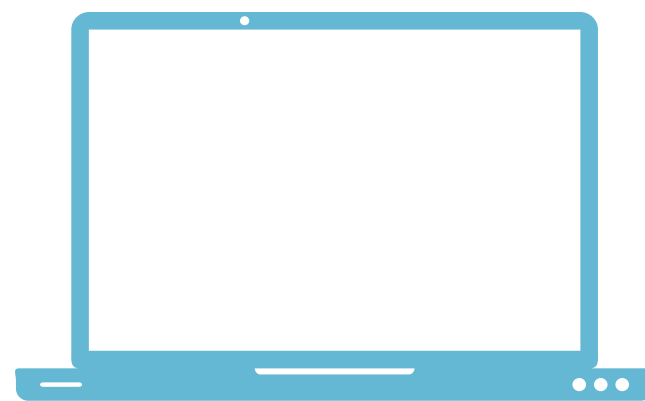
Iwona Sołtysińska

Dyrektor ds. Rozwoju,
konsultant organizacji,
trener, coach, facylitator

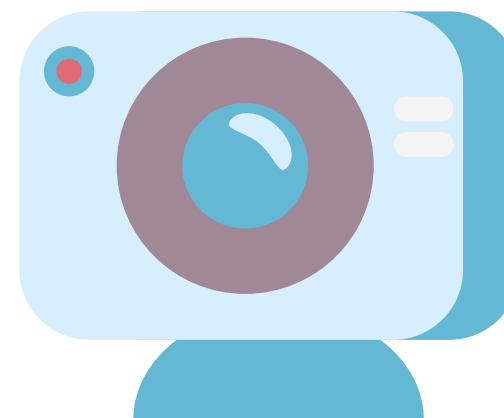
METODY PRACY

Interaktywne szkolenia obejmujące m.in. ćwiczenia, dyskusję i pracę w mniejszych grupach. Spotkania realizowane są w formie zdalnej, za pośrednictwem platformy Zoom lub MS Teams. Każdy z modułów składa się z 4h, każda z nich liczy 45min. W trakcie jednego 4h spotkania realizowana jest 15min przerwa. Aby efektywnie uczestniczyć w szkoleniach prosimy o odpowiednie przygotowanie stanowiska do nauki.

KOMPUTER Z DOSTĘPEM DO INTERNETU



KAMERA INTERNETOWA



MIKROFON



INFORMACJE ORGANIZACYJNE

Realizacja obejmuje:

- Przygotowanie szkolenia w wybranej formule (1, 2,3,4 lub 5 modułów)
- Efektywny czas pracy (każdy z modułów trwa 180 min.)
- Organizację spotkań za pośrednictwem platformy online w formie zajęć zdalnych z trenerem
- Prowadzenie szkoleń przez doświadczonych prowadzących
- Interaktywność spotkań
- Materiały szkoleniowe dla uczestników w wersji elektronicznej
- Zadania międzymodułowe dla uczestników spotkań (wedle dostępności w danym module)
- Zaświadczenie o ukończeniu szkolenia w wybranej formule.

Cena

- Cena pojedynczego modułu: **4800zł netto+23%vat (szkolenie realizowane w języku polskim)**
- Cena całego szkolenia (5 modułów) **22 000zł netto* +23%vat (szkolenie realizowane w języku polskim)**

* Kupując całe szkolenie otrzymujesz **2000zł zniżki od ceny podstawowej** (cena wskazana w ofercie zawiera opisaną zniżkę)

Termin i godziny szkolenia

Termin i godziny szkolenia są uzgadniane z Zamawiającym po zakupie usługi.

Kontakt

karolina.kleczek@wszechnica.uj.pl

biuro@wszechnica.uj.pl

Tel: 507 006 636 lub (12) 424 08 50

