



## Zvládání změn pohledem psychologie

Jak prosadit změnu v organizaci, u klienta nebo ve vlastním životě

**Neustálá změna se stala součástí mnoha pracovních odvětví, ale i našich životů. Přirozenou reakcí lidí na změny bývá spíše určitý vzdor. Člověku se nechce měnit zaběhlé chování a často se přizpůsobuje pomaleji než bych chtěl, nebo než se od něj očekává. Platí to většinou jak v našem soukromém životě, tak i při zavádění změn v organizacích. Velká část transformačních projektů je neúspěšná právě kvůli podcenění negativní reakce ze strany lidí. Bariéra nebývá v technologiích ani procesech, ale v člověku samotném.**

V rámci školení vám budou představeny základní principy řízení změny pohledem psychologie. Odpovíme si na tři základní otázky týkající se změny:

### 1) „Co s námi a lidmi okolo nás změna dělá?“

Ukážeme si, co z moderní psychologie můžeme využít při zvládání změn ve vlastním životě, firemním prostředí nebo při komunikaci s klienty. Otestujete si svoji schopnost zvládat změny a také míru s jakou je v životě vyhledáváte. Představíme si základní reakce lidí na změnu a možnosti jak na ně účinně reagovat.

### 2) „Jak změnu zvládnout?“

Myšleno tu nedobrovolnou a nechtěnou změnu, která se nám děje. Porozumět tomu, jak lidé na nedobrovolnou změnu reagují a jak toho můžeme využít při prosazování změny (ať už ve firemním nebo soukromém prostředí). Podíváme se na změny z pohledu manažera, zaměstnance, ale i očima člověka, kterého zasáhnou nečekané životní události.

### 3) „Jak změny dosáhnout?“

Myšleno té dobrovolné a chtěné, kterou chceme ve svém životě nebo v organizaci zavést. Ukážeme si, kde najít energii pro její dlouhodobé udržení. Představíme si jednotlivé kroky zavádění změny na úrovni organizace z pohledu psychologie. Opřeme se prestižní zahraniční studie zaměřené na change management. Probereme si typické chyby při zavádění či prosazování změn v organizacích či u zákazníků.

## Časová náročnost

Předkládané školení probíhá typicky v řádu 4 hodin.

## **Lektor (PhDr. Ing. Martin Pospíchal), kvalifikace:**

- doktorát z psychologie na Univerzitě Karlově v Praze,
- praxe 17 let v oblasti využití psychologických poznatků v pracovní praxi,
- lektor výuky aplikované psychologie na Univerzitě Karlově v Praze,
- soukromá psychologická praxe v oblasti manažerského poradenství,
- držitel oprávnění pro psychodiagnostiku a psychologické poradenství.

## **Kontaktní informace**

**PhDr. Ing. Martin Pospíchal**

**Adresa: Na Stráži 1306/5, Praha 8**

**Email: martin-pospichal@centrum.cz**

**Telefon: 737 264 366**