

CZ.1.07/2.2.00/28.0138

Modularizace manažerského a psychologického vzdělávání na Univerzitě Palackého v Olomouci cestou inovace a propojení ekonomických a psychologických studijních programů

Charakteristika studijního předmětu dle nařízení vedení FF UP					
Název studijního předmětu	<i>Self – management I.</i>				
Typ předmětu	<i>Volitelný</i>			doporučený ročník / semestr	<i>3./Z</i>
Rozsah studijního předmětu (kolik hodin přednášek, seminářů, cvičení)	<i>1+1+0</i>	hod. za týden	<i>2</i>	kreditů	<i>3</i>
Jiný způsob vyjádření rozsahu					
Způsob zakončení	<i>Zkouška</i>			Forma výuky	<i>Přednášky/ seminář</i>
Cíle předmětu (česky/anglicky)					
<i>Cílem předmětu je poskytnout studentům znalosti, dovednosti a kompetence v oblasti sebepoznání, sebeuvědomění a sebeřízení. Cílem je rozpoznat jaké schopnosti, dovednosti a kompetence mohou u sebe vzhledem ke svému profesionálnímu zaměření rozvíjet a řídit, a naučit se s nimi aktivně pracovat.</i>					
Předpoklady (např. splnění jiného předmětu) (česky/anglicky)					
<i>žádné předpoklady pro splnění předmětu</i>					
Obsah (česky/anglicky)					
<i>Sebepoznání a sebeuvědomění jako cesta (základ) k sebeřízení:</i>					
<ol style="list-style-type: none"> <i>1. Metody sebepoznání (registrace a analýza vlastního myšlení, chování a jednání, zpětná vazba od druhých, psychologická diagnostika)</i> <i>2. Vlivy na sebepoznání (vliv osobnosti, kultury, pohlaví a další)</i> <i>3. Dispozice k výkonu v rámci sebeřízení:</i> <i>Koncentrace pozornosti</i> <i>Stres, práce se stresem, relaxační techniky, psychická odolnost</i> <i>Time-management (časový snímek dne, zloději času, metody řízení času, metody plánování dne, plánovací nástroje)</i> <i>Paměť a kreativita</i> <i>4. Dispozice k aktivnímu přístupu k cílům:</i> <i>Motivy a potřeby</i> <i>Sebemotivace (aspirace, volní vlastnosti, orientace na cíle, stanovování cílů)</i> <i>Vnější motivace (v rámci firmy) a mimofirmní vlivy</i> <i>Kariérové kotvy</i> <i>5. Dispozice k hodnocení:</i> <i>Hodnoty a postoje</i> 					

CZ.1.07/2.2.00/28.0138

Modularizace manažerského a psychologického vzdělávání na Univerzitě Palackého v Olomouci cestou inovace a propojení ekonomických a psychologických studijních programů

<p><i>Interpersonální hodnoty</i></p> <p>Tento předmět vznikl díky projektu CZ.1.07/2.2.00/28.0138 Modularizace manažerského a psychologického vzdělávání na Univerzitě Palackého v Olomouci cestou inovace a propojení ekonomických a psychologických studijních programů.</p>
<p>Požadavky (podmínky splnění kurzu) (česky - podrobně/anglicky - stručně)</p> <p><i>Zkouška z teoretických základů</i> <i>Vyplněné pracovní listy, jejich prezentace a obhajoba ve výuce</i></p>
<p>Literatura (Základní, Rozšiřující, Doporučená)</p> <p>Základní: Říčan, P.: Psychologie, 3., doplněné a upravené vydání, Portál, Praha 2009 Kern, H., Mehlová, Ch., Nolz, H., Peter, M., Winter-Spergerová, R.: Přehled psychologie, Portál, Praha, 2012 Provažník, V. a kol.: Psychologie pro ekonomy, Grada Publishing, spol. s r.o., 1997</p> <p>Rozšiřující: Heppel, M.: Jak získat hodinu denně, Grada Publishing, a.s., Praha, 2012 Littauerová, F.: Osobnosti plus, Medium Praha, 1997 Černý, V.: Jak na jednotlivé typy lidí, Computer press, Praha, 2000 Křivohlavý, J.: Psychologie zdraví, Portál s.r.o., Praha 2001 Richards, M.: Stres, Management do kapsy, Portál, Praha 2006</p> <p>Doporučená: Lojda, J.: Manažerské dovednosti, Grada Publishing, a.s., Praha, 2011 Jay, R., Templar, R.: Velká kniha manažerských dovedností, Grada Publishing a.s., 2006 Toman, I.: Motivace zvenčí je jako smrad, Taxus international s.r.o., Praha 2010 Jarošová a kol.: Trénink sociálních a manažerských dovedností, Management press, Praha 2001</p>
<p>Časová náročnost jednotlivých aktivit</p> <p>Položky: 75</p> <p>Účast na výuce: 24 hod Domácí příprava: 15 hod Příprava na zkoušku: 15 hod Samostudium: 21 hod</p>
<p>Získané způsobilosti (česky/anglicky)</p> <p><i>Schopnost sebepoznání a sebeřízení</i> <i>Sebemonitoring</i> <i>Zná své kompetence a umí je uplatnit</i> <i>Chápe potřebu dalšího profesionálního růstu</i></p>
<p>Vyučovací metody</p>

CZ.1.07/2.2.00/28.0138

Modularizace manažerského a psychologického vzdělávání na Univerzitě Palackého v Olomouci cestou inovace a propojení ekonomických a psychologických studijních programů

Projekce

Přednášení

Aktivizující – nácvik dovedností

Dialogická

Hodnotící metody

Analýza výkonů studenta

Účast na modelových situacích

Ústní zkouška