

Prestarea de servicii de formare profesionala pentru un numar de 11 functionari publici cu functii de conducere din cadrul Inspectoratului Teritorial de Munca Bucuresti, în domeniul prioritar Managementul timpului, stresului si conflictelor in organizatiile publice

I.D.: 13115376

| | | | |
|----------------------------------|----------|-------------------|--------------|
| Data publicarii | 26.05.16 | Coduri CPV | 79632000-3 |
| Termenul limita pentru depunere: | 02.06.16 | Pretul estimativ: | 7.700,00 RON |

Descriere: •Identificarea cauzelor care impiedica organizarea eficienta a timpului si dobandirea abilitatilor pentru o gestionare eficienta a acestuia; •Identificarea cauzelor acestor presiuni si apoi reechilibrarea si reducerea reactiei prelungite a corpului la factorii interni sau externi cauzatori de stres,plin aplicarea unor tehnici specifice; •Dezvoltarea abilitatilor de gestionare a conflictelor pentru a imbunatati relatiile cu persoanele cu care intra in contact,a preintimpina conflictele si pentru a se raporta în mod constructiv la un conflict,daca acesta ia nastere. Tematica ce va fi tratata în mod obligatoriu în cadrul programului de formare: Stabilirea obiectivelor activitatii personale;Corelarea activitatilor personale cu obiectivele institutiei;Sortarea si prioritizarea sarcinilor;Lucrul simultan in mai multe proiecte;Tehnici si metode de optimizare a eficientei;Cunoasterea tipurilor de stres;Identificarea situatiilor generatoare de stres;Explorarea cauzelor personale de stres;Cunoasterea propriilor reactii la stres;Identificarea unor strategii de gestionare a stresului;Optimizarea performantei profesionale prin diminuarea stresului la locul de munca;Exersarea unor tehnici de reducere a stresului prin gestionarea furiei si comunicare asertiva;Stabilirea obiectivelor personale,pe termen scurt si mediu,de diminuare a stresului.Conceptele de conflict si de rezolvare a conflictului;Prevenirea conflictelor;Metoda de rezolvare a conflictelor;Procesul rezolvarii conflictelor; Diminuarea efectelor emotionale negative ale conflictului.