

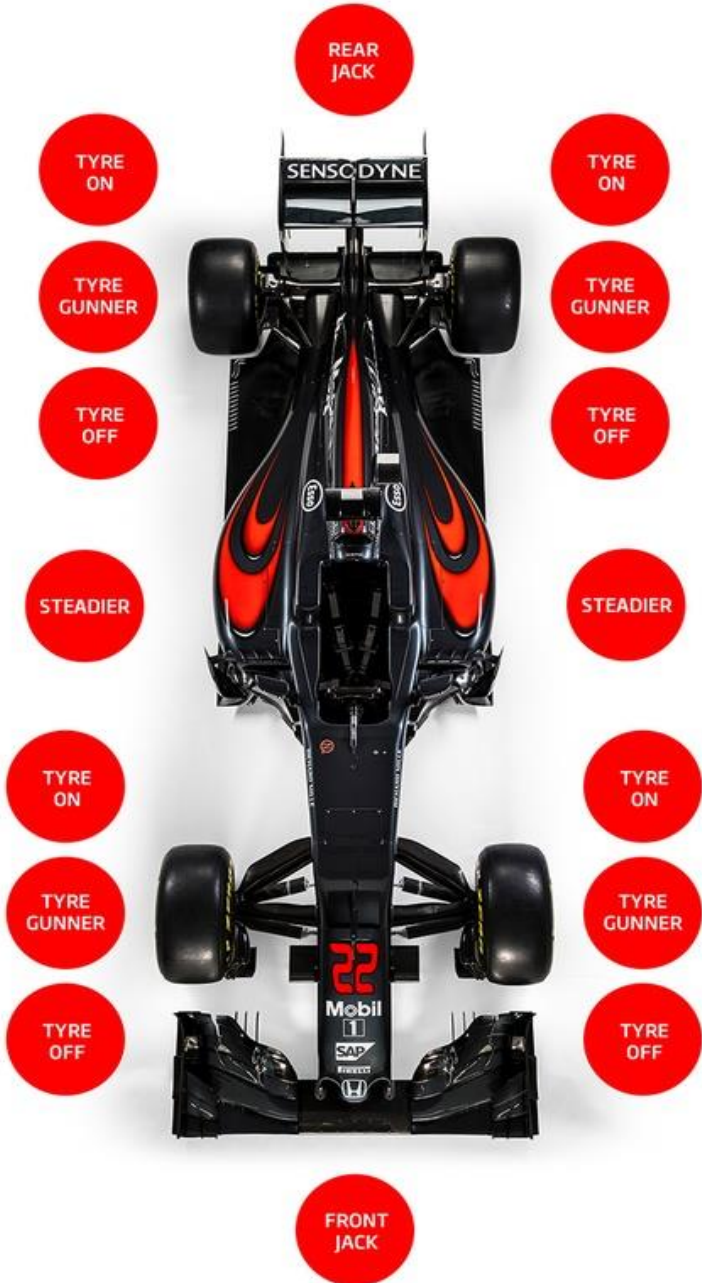


Jaroslav Dvořák

Dobrý tým-radost pracovat

Týmová spolupráce

„mě nestresuje práce
s pacienty, ale práce s kolegy“



Hra na týmovej spolupráci

4 tímy

1. 3b / -1b

2. 4b / -2b

3. 3b / 0b

4. 3b / -2b

spolupráce v týmu

pravidla

shoda

„Pokud budeme všichni postupovat stejným směrem, úspěch už si nás najde sám.“

Henry Ford

shoda

- Jasně zadání a prezentování cíle
- Pochopení a přijetí cíle (SMART)
- Cíl, na kterém se tým shodne vytváří obrovskou motivační sílu

komunikace

„Nejdůležitější věcí na komunikaci je poslouchat nevyřčené.“

Peter Drucker

komunikace

- Odbourat komunikační bloky
- Porozumět náhledům a postojům ostatních, empatie
- Vysvětlovat proč
- Dávat zpětnou vazbu (ocenit i usměrnit)
- Čas na rozmyšlenou

Komunikace

- Pro kvalitní pracovní vztah je důležitá efektivní komunikace.
- Povzbuzujte své kolegy. Pokud máte možnost, komunikujte s lidmi tváří v tvář, emaily mohou být nesprávně pochopeny.
- Pokud zrovna nemáte čas odepsat na e-mail, napište alespoň krátkou zprávu, že odpovíte hned, jak to bude možné.

naslouchajte

- Buďte více posluchačem než tím, kdo mluví. Dozvíte se více o svých kolezích, vyhnete se tomu, že řeknete něco dříve, než to je vhodné.
- Vyhněte se během konverzace některým kontroverzním tématům. Pokud nejde změnit téma hovoru, nepřidávejte se a diplomaticky opusťte diskusi.
- parafrázujte

zapojení

Chcete mít tým hvězd nebo hvězdný tým?

Pokud spolu dva kolegové neustále souhlasí, dva z nich jsou zbyteční.

Je třeba dbát na zapojení všech členů týmu.

Týmové role



Týmové role

- Každý je dobrý v něčem jiném
- Využívejme a rozvíjejme svoje talenty
- Přizpůsobujte úkol člověku, ne člověka úkolu

trpělivost

Žádný tým nezačne fungovat hned



Bud'te trpěliví

- Pokud je některý z vašich kolegů nováček, je pravděpodobné, že se mu nebude vše dařit. Také jste byli v této situaci, takže bud'te vlídní a nabídněte jim vaši podporu.
- Pokud váš kolega opakovaně nemůže něco pochopit, vysvětlete mu to ještě jednou.

Jednejte s kolegy s respektem

- Každý člověk je jiný. Pokud s nimi nesouhlasíte, neznamená to, že jejich přístup je špatný.
- soustřeďte se na jejich dobré kvality
- Pokud jim chcete něco vytknout, myslete na vyvážení negativ pochvalou
- Respektujte své kolegy a na oplátku oni budou respektovat vás.

Bud'te p'ratelst'í

- Vždy bud'te p'ratelst'í, usmějte se a pozdravte.
- I když si zrovna nemáte co říct, snažte se s nimi komunikovat. Čím p'ratelstějš'í k lidem budete, tím snáz si k vám najdou cestu.

nepomlouvejte

- Je velmi pravděpodobné, že po čase se vždy přijde na to, kdo pomluvy rozšiřuje.
- Pokud zjistíte něco o svém kolegovi, co se vám nelíbí, nechte si to pro sebe a pokud to potřebujete s někým probrat, udělejte to s někým mimo práci.

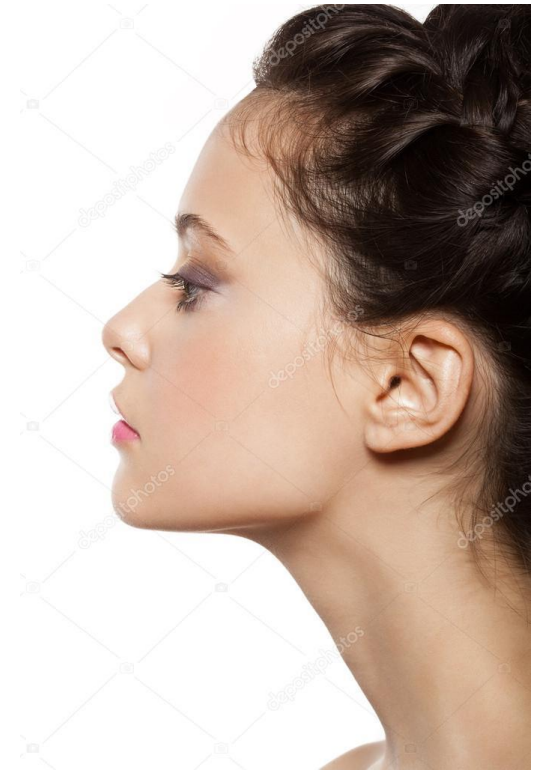
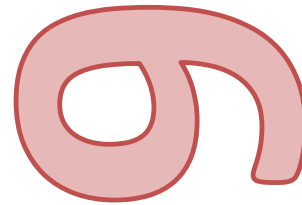
Bavte se a oslavujte

- Zorganizujte páteční večer s kolegy nebo akci s kolegy mimo práci. Tyto akce pomáhají prolomit ledy, lépe se seznámit a najít to, co máte s kolegy společného.
- Využijte příležitosti k potěšení kolegů v práci – popřejte jim k narozeninám nebo svátku.

Vyřešte konflikty

- Pokud se mezi vámi a kolegy vyskytne nějaký problém, řešte ho hned nebo požádejte o pomoc vašeho nadřízeného.
- Pokud problémy necháte být, budou narůstat. Řekněte kolegům upřímně, co vás štve nebo mrzí.
- možná zjistíte, že došlo k nedorozumění.

EMPATIE - PREVENENCE KONFLIKTŮ



PREVENCE KONFLIKTŮ

Umět argumentovat, ne jen křičet

technika argumentace TEL



TVRZENÍ

EMOCE

LOGIKA

technika SI.MO.NA

SITUACE

MOŽNOSTI (výhody i rizika)

NÁVRH

KONSTRUKTIVNÍ KRITIKA

jako prevence konfliktu

KONSTRUKTIVNÍ KRITIKA JINÝCH

JAK PODNĚTNĚ KRITIZOVAT?

- vyjadřovat se konkrétně
- uznat pozitivní momenty
- vcítit se - využití empatie
- zachovat klid
- držet se tématu
- zaměřit se na výkon
- vyhnout se stereotypům, tzv. "nálepkám"



JAK SE VYROVNÁVAT S KRITIKOU

SEBEKRITIKA

Když víme o svých chybách a jsme schopni je tolerovat nebo napravit, tak budeme kritiku od druhých lépe snášet.



JAK SE VYROVNÁVAT S KRITIKOU

ASERTIVNÍ PŘIJETÍ KRITIKY:

1. souhlas
2. tlumení
3. upřesňující otázka

JAK SE VYROVNÁVAT S KRITIKOU

1. „**souhlas**“ je klidný souhlas s pravdivou kritikou našich projevů chování
(„Ano, uvědomuji si tuto svoji slabou stránku.“)
2. „**tlumením**“ zastavujeme manipulující kritiku
(„...může se to tak zdát..., ...může to tak vypadat na první pohled...“)
3. „**upřesňující otázka**“ otevírá další prostor pro kritiku našeho chování
(„Co tím máš konkrétně na mysli?“)