

PRACOVNÁ PSYCHOLÓGIA

Viete, že človek v práci strávi približne tretinu svojho života a že tá nemá pre človeka len ekonomický význam, ale ovplyvňuje ho v mnohých ďalších rovinách? Práve to skúma psychológia práce, ktorá v sebe zahŕňa prostredie, vzťahy, riešenie problémov, každodenných dilem, kariérny postup, uspokojenie, celkovú harmóniu a vyváženosť života. Jej štúdiom sa dozviete, čo všetko vplýva na výborný pracovný výkon, ako môžete byť úspešnejší, v pohode v práci aj doma, ale aj čo robiť, keď pocítujete stres, záťaž a dostávate sa do konfliktov a sporov. Na konkrétnych príkladoch úspešných ľudí sa dozviete, ako si poradiť s neúspechom, ako byť skutočným vodcom, pracovať so skupinou, vedieť si stanoviť reálne ciele, objaviť svoj skutočný potenciál a motivovať seba i druhých. Pomocou pestrých aktivít a tvorivých cvičení sa môžete naučiť ako pracovať s emóciami, poznať seba samého, prípadne objaviť pracovnú oblasť, ktorá vás bude naplňovať.