

**BOOST
TRAIN & RETAIN**

PRASMES - Organizatoriskās prasmes un elastība 2
I&F Education



APRAKSTS



Organizatoriskās prasmes un elastība ir divi būtiski emocionālās inteliģences aspekti, kas var būtiski ietekmēt indivīda panākumus darba vietā. Organizatoriskās prasmes attiecas uz indivīda spēju efektīvi pārvaldīt savu laiku, resursus un pienākumus, lai sasniegtu konkrētus mērķus. Tikmēr elastība ir spēja pielāgoties mainīgajiem apstākļiem un situācijām, tostarp būt atvērtam jaunām idejām un pieejām.

Apvienojot, organizatoriskās prasmes un elastība rada **spēcīgu kombināciju**, kas var palīdzēt indivīdiem zelt darba vietā. Efektīvi pārvaldot savu laiku un resursus, indivīdi var koncentrēt savu enerģiju uz svarīgākajiem uzdevumiem, vienlaikus saglabājot elastīgumu un pielāgojamību mainīgajiem apstākļiem. Šī pieeja **ļauj indivīdiem sasniegt** savus mērķus, vienlaikus spējot pielāgot savu pieeju pēc vajadzības.

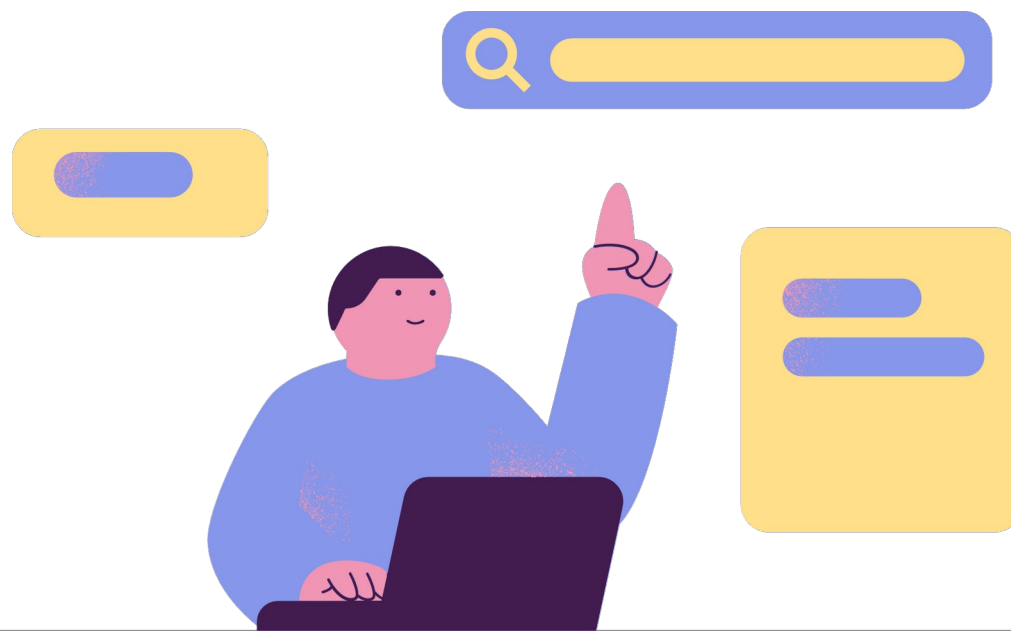


SATURS



**BOOST
TRAIN & RETAIN**

- 1. Elastības definīcija un nozīme**
- 2. Galvenās kompetences elastīgumam**
- 3. Mērķi**
- 4. Spēcīgas elastības priekšrocības un rezultāti**
- 5. Stratēģijas elastības attīstībai un uzlabošanai**



1. ELASTĪBAS DEFINĪCIJA



BOOST
TRAIN & RETAIN

Elastīguma prasme ir **spēja pielāgoties** mainīgajiem apstākļiem un situācijām, tostarp būt atvērtam jaunām idejām un pieejām.

Darba vietā šī prasme ir būtiska, jo tā ļauj indivīdiem reaģēt uz negaidītiem izaicinājumiem, **pielāgoties mainīgajām** biznesa vajadzībām un prioritātēm un efektīvi strādāt ar dažādām cilvēku grupām.

Elastīgs cilvēks var pielāgot savu domāšanas veidu, darba stilu un komunikācijas pieeju, lai apmierinātu mainīgās situācijas prasības.



1. ELASTĪBAS DEFINĪCIJA



BOOST
TRAIN & RETAIN

Elastīgums ietver spēju izkāpt no savas komforta zonas un pieņemt pārmaiņas. Tas prasa, lai **indivīdi būtu pielāgojami un atvērti**, vēlas izpētīt jaunas perspektīvas un spēj mainīt savas prioritātes un pieeju pēc vajadzības.

Cilvēki, kuri ir elastīgi, spēj pozitīvi reaģēt uz atsauksmēm un mācīties no savas pieredzes, kas ļauj nepārtraukti pilnveidot savas prasmes un zināšanas.



1. ELASTĪBAS DEFINĪCIJA



Elastīguma prasme ir vērtīgs ieguvums darba vietā un dzīvē.

Tas ļauj cilvēkiem viegli **pārvarēt problēmas**, efektīvi sadarboties ar citiem un izmantot iespējas, kad tās rodas.

Izkopjot šo prasmi, indivīdi var uzlabot savu personīgo un **profesionālo izaugsmi** un palielināt izredzes gūt panākumus.



2. GALVENĀS KOMPETENCES ELASTĪGUMAM



BOOST
TRAIN & RETAIN

Pielāgošanās spēja

Spēja viegli pielāgoties jaunām situācijām un mainīgiem apstākļiem. Tas ietver spēju ātri novērtēt situāciju un atbilstoši reaģēt, kā arī būt apmierinātam ar nenoteiktību un neskaidrībām.

Atvērtība

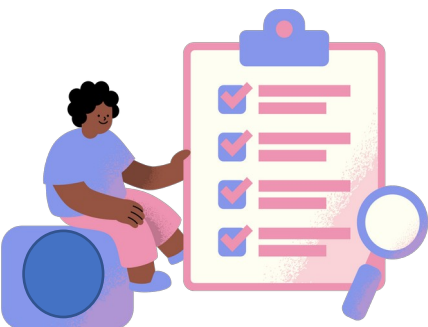
Esiet uztverošs jaunām idejām, perspektīvām un atsauksmēm. Tas ietver iespēju apsvērt vairākus viedokļus un būt atvērtiem dažādiem darbības veidiem.

Sadarbība

Spēja efektīvi strādāt ar citiem, tostarp tiem, kuriem ir atšķirīga pieredze, perspektīvas un stili. Tas ietver spēju skaidri un cieņpilni sazināties, kā arī spēju panākt kompromisu un vajadzības gadījumā atrast kopīgu valodu.

Radošums

Spēja izdomāt unikālus un inovatīvus problēmu risinājumus. Tas ietver spēju domāt ārpus rāmjiem un pieiet problēmām netradicionālā veidā.



3. MĒRĶI



**BOOST
TRAIN & RETAIN**

Lai uzlabotu pielāgošanās spēju

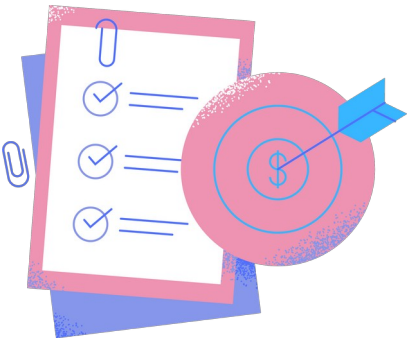
Viens no mērķiem varētu būt attīstīt spēju viegli pielāgoties jaunām situācijām un mainīgiem apstākļiem. Tas varētu ietvert darbu pie tādām prasmēm kā problēmu risināšana, lēmumu pieņemšana un domāšanas elastība. Uzlabojot pielāgošanās spēju, cilvēki var labāk tikt galā ar negaidītiem izaicinājumiem un pārejām darba vietā.

Lai uzlabotu sadarbību

Vēl viens mērķis varētu būt uzlabot sadarbības prasmes, piemēram, komunikāciju, komandas darbu un konfliktu risināšanu. Attīstot šīs prasmes, indivīdi var efektīvāk strādāt ar citiem, veidot spēcīgākas attiecības un kopā sasniegt labākus rezultātus. Sadarbība ir arī svarīgs elastības aspekts, jo tas prasa, lai indivīdi būtu pielāgojami un atvērti dažādām perspektīvām un pieejām..

Veicināt radošumu

Trešais mērķis varētu būt radošuma izkopšana darba vietā. Tas varētu ietvert tādu prasmju attīstīšanu kā prāta vētra, idejas un inovācijas. Veicinot radošumu, indivīdi var pieiet problēmām un izaicinājumiem netradicionālā veidā, nākot klajā ar jauniem un inovatīviem risinājumiem. Radošums ir arī cieši saistīts ar elastību, jo tas prasa, lai indivīdi būtu atvērti jaunām idejām un pieejām.



4. SPĒCĪGAS ELASTĪBAS PRIEKŠROCĪBAS UN REZULTĀTI



**BOOST
TRAIN & RETAIN**

Uzlabota problēmu risināšana un lēmumu pieņemšana

Ļauj indivīdiem pieiet problēmām no vairākiem aspektiem, kas var novest pie novatoriskākiem un efektīvākiem risinājumiem. Tas arī ļauj indivīdiem, pieņemot lēmumus, apsvērt vairākas iespējas un perspektīvas, kas var novest pie labāk informētām un efektīvākām izvēlēm.

Uzlabota sadarbība

Ļauj cilvēkiem efektīvi strādāt ar dažādu partneru loku, kas var radīt ciešākas attiecības un labāku komandas darbu. Atvērtība dažādām perspektīvām un pieejām var palīdzēt indivīdiem veidot uzticēšanos un cieņu pret citiem, galu galā radot produktīvākas un pozitīvākas darba attiecības.

Paaugstināta noturība

Palīdz cilvēkiem atgūties no neveiksmēm un neveiksmēm, kas var radīt lielāku noturību un neatlaidību, saskaroties ar izaicinājumiem. Tā kā indivīdi ir pielāgojami un atvērti pārmaiņām, viņi var vieglāk orientēties sarežģītās situācijās un kļūt stiprāki no otras puses.



5. STRATĒĢIJAS ELASTĪBAS ATTĪSTĪBAI UN UZLABOŠANAI



BOOST
TRAIN & RETAIN



Pieņemiet pārmaiņas: tā vietā, lai pretotos pārmaiņām, mēģiniet tās uzskatīt par izaugsmes un mācīšanās iespēju. Esiet atvērts jaunām idejām un pieejām un esiet gatavs izmēģināt jaunas lietas, pat ja tās atrodas ārpus jūsu komforta zonas.

Meklējiet dažādas perspektīvas: mēģiniet meklēt dažādas perspektīvas un viedokļus neatkarīgi no tā, vai tie ir no kolēģiem, mentoriem vai citiem avotiem. Aktīvi klausieties citus un esiet atvērti jaunām idejām, pat ja tās izaicina jūsu esošos uzskatus.

Praktizējiet uzmanību: Uzmanības prakses, piemēram, meditācija vai dziļa elpošana, var palīdzēt jums palikt klātesošam un koncentrēties pat izaicinošās vai stresa situācijās. Izkopjot mierīguma un centrētības sajūtu, jūs varat vieglāk pielāgoties mainīgajiem apstākļiem un domāt radošāk un stratēģiskāk.

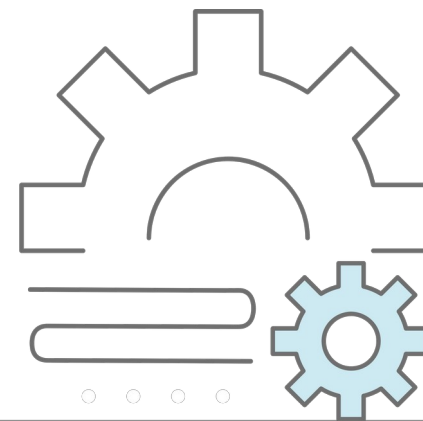
5. STRATĒGIJAS ELASTĪBAS ATTĪSTĪBAI UN UZLABOŠANAI



Veidojiet savu tīklu: ieskaujiet sevi ar cilvēkiem, kuriem ir dažādas prasmes un pieredze un kuri var piedāvāt dažādas perspektīvas un pieejas. Sazinieties ar citiem, izmantojot profesionālas organizācijas, tīkla pasākumus vai sociālos medijus, un meklējiet mentorus, kas var jums palīdzēt attīstīt jūsu prasmes un zināšanas.

Mācieties no neveiksmēm: tā vietā, lai uzskatītu neveiksmi par negatīvu rezultātu, izmantojiet to kā iespēju mācīties un augt. Pārdomājiet savu pieredzi un nosakiet, ko jūs varētu darīt citādi, un izmantojiet šīs zināšanas, lai informētu par saviem turpmākajiem lēmumiem un darbībām.

Uzņemieties risku: nebaidieties riskēt un izmēģināt jaunas lietas. Pat ja viss nenotiek, kā plānots, jūs varat gūt vērtīgas mācības no pieredzes un veidot savu noturību un pielāgošanās spēju.



SECINĀJUMS



BOOST
TRAIN & RETAIN




Noslēgumā jāsaņem, ka elastība ir vērtīga prasme darba vietā, kas ietver **pielāgošanās spējas**, atvērtību un spēju risināt problēmas no dažādām perspektīvām.

Attīstot un uzlabojot savu elastību, jūs varat kļūt par efektīvāku un veicklāku darbinieku, kas spēj labāk orientēties mūsdienu straujās un dinamiskās darba vides pastāvīgi mainīgajās prasībām. Izmantojot apzinātības praksi, tīklu veidošanu un gatavību riskēt un mācīties no neveiksmēm, jūs varat attīstīt savu elastību un pozicionēt sevi, lai gūtu panākumus karjerā un ne tikai.

Eiropas Komisijas atbalsts šīs publikācijas izveidei nav uzskatāms par satura apstiprinājumu, kas atspoguļo tikai autoru uzskatus, un Komisija nevar būt atbildīga par jebkādu tajā ietvertās informācijas izmantošanu.



Funded by
the European Union



**BOOST
TRAIN & RETAIN**