обучение и развитие
без границ

CBSD

Эмоциональное лидерство

Лидерство — это фокус на людях, а не на процессах. Согласно последним исследованиям эмпатия — это ключевой элемент лидерства. 90% топ-менеджеров обладают высоким EQ. Свыше 75% карьерных провалов связано именно с вопросами EQ

Вебинары: 3 сессии по 3 часа

Очно: 2 дня

Ключевые темы:

- Стартовый проблематизирующий групповой эксперимент: «Раскол в команде» на демонстрацию необходимости EQ в управлении людьми
- Теория множественного интеллекта Гарднера и место эмоционального интеллекта в его структуре
- Четыре области эмоционального интеллекта: самосознание, самоконтроль, социальная чуткость, управление отношениями
- «Тест фрустрации» на выявление неосознанных моделей поведения (индивидуальные и групповые результаты)
- Эмоциональное самосознание - способность понимать свои чувства и неосознанные поведенческие паттерны
- «Красные кнопки» - эмоциональные триггеры, запускающие привычную цепочку эмоций и поведения
- «Эмоциональный захват» (Hijacking) как физиологическая эмоциональная реакция организма на угрозу
- Методы и способы контроля импульсивного эмоционального поведения.
- Коммуникативные способы и техники рациональных реакций в ситуациях деструктивной критики и провокаций
- Самоподдержка в ситуациях неопределенности и стресса
- Эмпатия как ключ к установлению доверительного контакта. Два навыка эмпатии: почувствовать эмоциональное состояние партнера и эмпатично отреагировать
- Пять проявлений эмоционального лидерства: воодушевление, влияние, урегулирование конфликтов, содействие изменениям, создание высокоэффективной команды
- Принципы и техника медиации. Кейс «Непримиримые позиции»
- «Не держите мяч под водой!» — техника эмоциональной поддержки при внедрении изменений

Что вы получите:

- **Умение оценивать себ**я как лидера, выявлять свои привычные эмоциональные реакции и находить способы управления своими эмоциями
- Умение **лучше понимать других людей**, их эмоции, чувства, причины их поступков
- **Знания,** как грамотно справляться с гневом, страхом и депрессивным состоянием других людей, т.е. управлять эмоциями других
- **Приемы и техники** вовлечения людей на выполнение сложных задач
- Понимание, как поддерживать людей в периоды изменений и в кризисных ситуациях
- **Обратную связь** о себе от коллег и тренера, которая поможет вам понять ваши сильные и слабые стороны, насколько эффективно вы взаимодействуете с людьми, и что можно улучшить

Telegram CBSD

cbsd.ru

обучение и развитие
без границ

CBSD

Создание обучающего опыта

Чтобы создать наиболее эффективный обучающий опыт для участника программы, CBSD рекомендует использовать следующие элементы вместе с тренингом:

Кастдев перед стартом программы

Глубокий анализ потребностей бизнеса и участников, чтобы разработать тренинг, максимально отвечающий целям компании

Подробнее здесь

Чат с тренером

Оперативная поддержка участников, ответы на вопросы и дополнительные рекомендации в удобном формате

Геймификация

Использование игровых элементов для повышения вовлеченности участников и мотивации к обучению. Разрабатывается под специфику каждого обучения

Онлайн-курс «Эмоциональный интеллект»

Гибкое и удобное обучение, которое дает возможность изучать материалы в своем темпе, совмещая теорию с практикой. Позволяет подготовиться к тренингу или закрепить знания

Подробнее здесь

Разработка кейсов

В основе — реальные бизнес-ситуации. Создание задач, которые отражают актуальные вызовы, чтобы участники могли отрабатывать навыки в условиях, приближенных к реальной работе

Мастер-классы

Краткие интенсивные сессии, которые вдохновляют участников, дают новые идеи и помогают сосредоточиться на ключевых темах

Оценка эффектив-ности обучения

По Киркпатрику. Анализ результатов программы для измерения достигнутых изменений и оценки влияния на бизнес

Подробнее здесь

Follow-up встреча с тренером

Через 2–3 недели после тренинга. Сессия, которая помогает закрепить знания, обсудить успехи и устранить возможные барьеры в применении новых навыков

Telegram CBSD

cbsd.ru