

PRZYWÓDZTWO I COACHING

STUDIA PODYPLOMOWE MBA

ZJAZD 5

Inteligencja Emocjonalna i Zarządzanie Emocjami w Roli Lidera

DZIEŃ 1

MODUŁ 1

Emocje i Inteligencja Emocjonalna

- Poznawcze rozumienie emocji. Związek między myśleniem, emocjami a działaniem. Użyteczność emocji w życiu lidera
- Koncepcje inteligencji emocjonalnej – modele, przydatność, wrażliwości.
- Mapowanie obszarów przydatności poszczególnych elementów IE w zarządzaniu; praca w podgrupach, dyskusja.

MODUŁ 2

Rozpoznawanie i zarządzanie własnymi stanami emocjonalnymi.

- Określanie znanych/rozpoznawanych/odczuwanych emocji, poszerzanie perspektywy – praca na forum grupy.
- Przyglądanie się w parach własnym najczęstszym stanom emocjonalnym.
- Dyskusja o emocjach najczęstszych/najtrudniejszych w roli lidera, analiza przypadków zgłaszanych przez uczestników.
- Poszukiwanie/omawianie strategii radzenia sobie z własnymi stanami emocjonalnymi (m.in. lęk, gniew, napięcie/stres) na rzecz lepszego wypełniania roli lidera.

MODUŁ 3

TOLERANCJA NIEPEWNOŚCI

- Koncepcja tolerancji niepewności i jej wpływu na emocje, podejmowanie decyzji, klarowność wizji
- Test tolerancji niepewności – gdzie jestem jako osoba i jako lider?
- Narzędzia i techniki pozwalające zwiększać tolerowanie niepewności a tym samym decyzyjność i kontrolę nad obawami

DZIEŃ 2

MODUŁ 4

ROZPOZNAWANIE I MOŻLIWOŚCI ZARZĄDZANIA STANAMI EMOCJONALNYMI INNYCH LUDZI.

- IE w relacjach społecznych - empatia, asertywność, negocjacje, rozwiązywanie konfliktów, kooperacja i rywalizacja.
- Elementy komunikacji bez przemocy (NVC) jako sposób na radzenie sobie z emocjami na styku ja-inni.
- Ćwiczenie na forum i w parach komunikatów w nurcie NVC.

MODUŁ 5

PROWADZENIE TRUDNYCH ROZMÓW

- Benefity z umiejętności przeprowadzania trudnych rozmów w zespole
- Bariery w przeprowadzaniu rozmów wymagających odwagi oraz sposoby radzenia sobie z nimi
- Model przeprowadzania trudnych rozmów w zespole.

MODUŁ 6

ROZPOZNAWANIE I ROZUMIENIE EMOCJI W ZESPOLE – KIEDY CAŁOŚĆ TO WIĘCEJ NIŻ SUMA CZĘŚCI.

- Koncepcje W. Biona dotyczące procesów grupowych i pojawiających się w zespołach emocji.
- Analiza przypadków – praca z case'ami. Odniesienie i próba zrozumienia przez pryzmat teorii Biona trudności z życia zespołów uczestników studiów.

MODUŁ 7

Kiedy sięgać po profesjonalną pomoc?

- Kiedy emocje już nie służą? Jak pomóc swoim ludziom w sytuacjach kryzysowych? Struktura rozmowy w nagłych przypadkach.
- Jak rozpoznać u siebie i innych potrzebę sięgnięcia po profesjonalną pomoc.
- Gdzie szukać wsparcia w sytuacjach kryzysowych dla siebie i ludzi z zespołu.

FORMA ZALICZENIA:

Na podstawie aktywności (prezentowanie własnego przypadku do pracy na forum) lub praca pisemna – praktyczne zastosowanie wiedzy do rozumienia i radzenia sobie z określoną sytuacją zawodową.