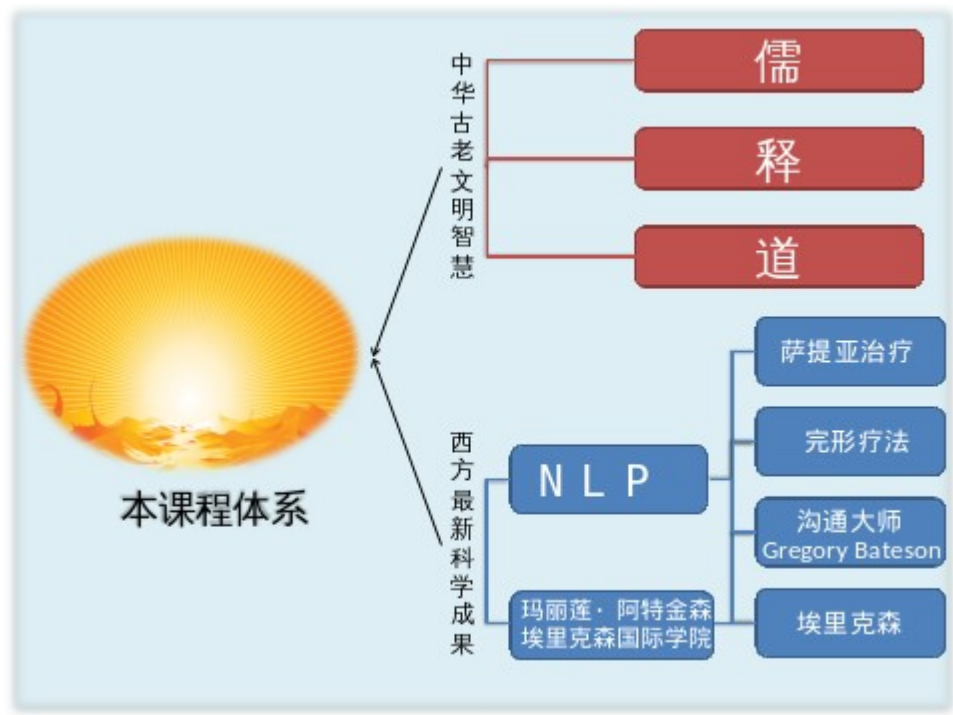


《领导者情商管理与正能量提升》课纲

◆ 课程背景



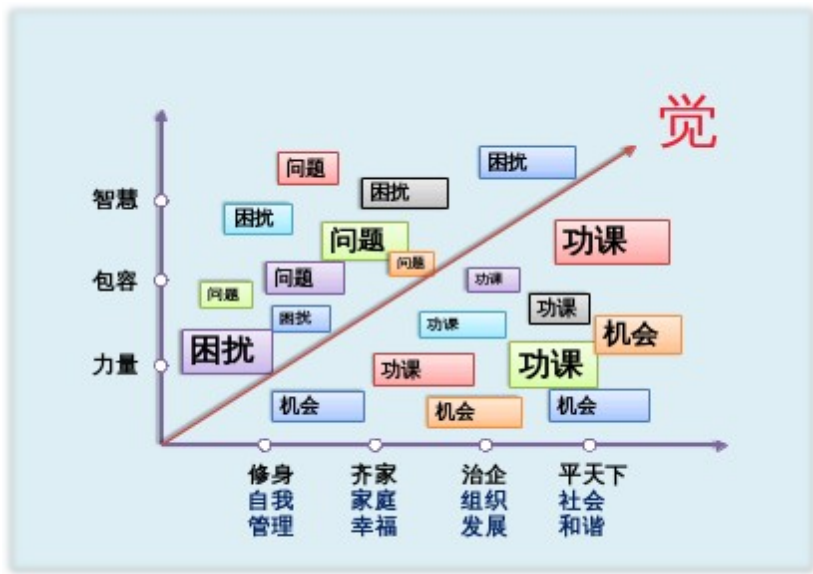
◆ **培训对象**：中高层管理人员、业务骨干

◆ **培训时间**：1至2天

◆ **课程大纲**：

第一部分 领导者自我发展地图探索

领导者多维自我探索：



卓越领导者的幸福地图

IQ：工作绩效和目标实现维度

EQ: 情绪智能和人际关系维度

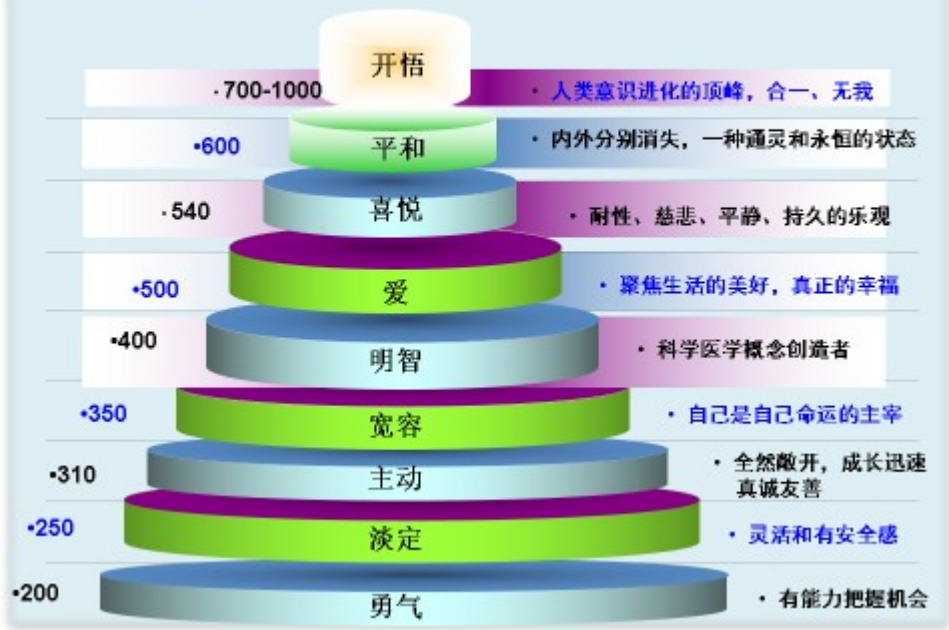
MEQ：个人价值观以及个人专注力维度

WEQ: 带领他人影响他人维度

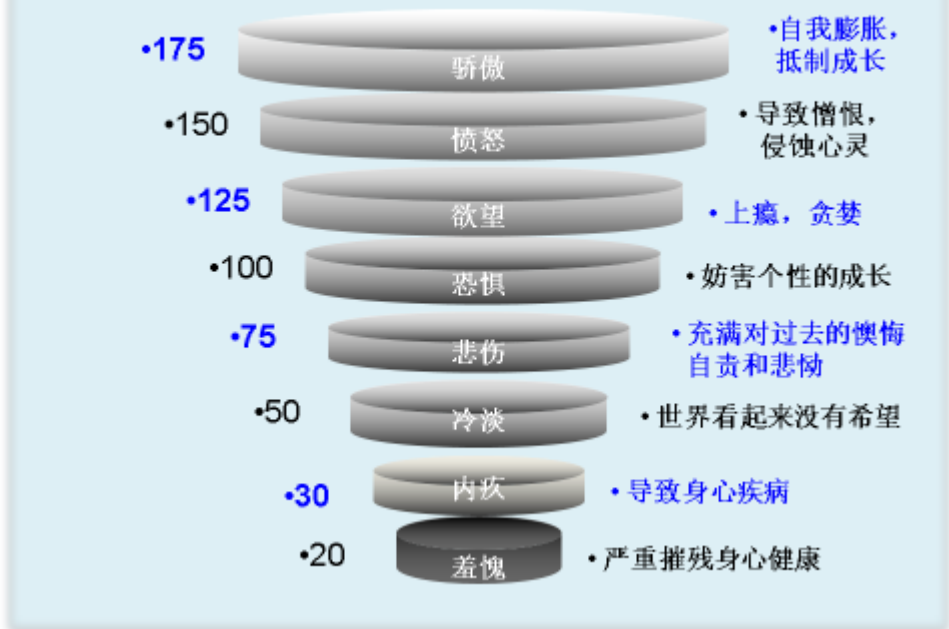
情商自我探索与人际关系模型：五轮十义与领导者人格特质

第二部分 正能量与影响力

能量层级 (+)



能量层级 (-)



- 1、 能量是如何测量的？
- 2、 我们如何修炼正能量？
- 3、 领导者的能量影响力的核心是什么？

第三部分 领导者自我修炼-----知人识人

- 1、自我识别体系-----五行识别
- 2、找出自我功课-----五行秉性偏差与自我风险分析
- 3、自我修炼重点
- 4、与他人相处的艺术-----五行圆融智慧修炼

第四部分 领导者自我修炼-----自我情绪修炼

- 1、三脑原理：情绪的大脑运作原理
- 2、一个法则：ABC 法则认清情绪的真相
- 3、抽离法：跳出画面看画面，看清自己看清功课
- 4、转念法：接纳一切负面事件，找到真相所在
- 5、冰山法：走出关系的困扰，真正实现换位思考
- 6、破框法：识别三大负面情绪陷阱，成为自我的主人
- 7、换框法：修炼持续关注正面能量的能力

第五部分 团队能量提升

- 1、 愿景、使命、责任与能力、行动、团队的整合修炼

逻辑层次思维法以及案例分析



2、价值观探索与整合法：自我与他人动力系统与激励系统

师资简介：



张玮桐：国内心理学与领导力整合专家，北京大学人力资本研究所研究员，埃里克森国际学院 ICF 认证教练；国际 NLP 协会认证资深 NLP 国际导师，国际 NLP 学院 INLPA（美国）认证导师，英国 NLP 协会 ANLP（英国）认证导师；《NLP 领导心经》创始人，新领导力、团队精神、心智模式改善、正面行为习惯与思维模式塑造专家。国际萨提亚综合治疗心理咨询师；北京大学、清华大学、浙江大学、西南财大等高校 EMBA 特聘教授、导师。

张老师将现代实用心理学与企业管理相结合，将东方智慧与西方心理管理技术结合，持续支持企业管理者提升领导力的同时提升企业绩效，她以丰富的企业实践经验和精湛的现代心理学以及东方智慧的修炼功底，致力于研究现代实用心理学在企业管理中的应用，尤其结合中国国情、中国文化、中国企业特质开发出一系列实战培训课程和教练模式，将东方管理哲

学与现代西方心理学精华相整合，从心理学的角度解析管理难题，通过应用现代西方心理学派的理论要义与应用技术，提供丰富的思维体系与行为互动系统。

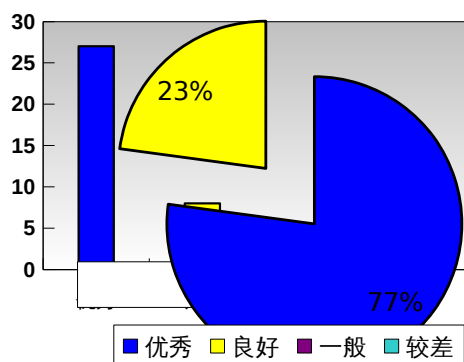
先后为北京大学、清华大学、浙江大学、西南财大等高等院校总裁班、国学智慧总裁班、MBA、EMBA班，中国银行、招商银行、建设银行、浦发银行、民生银行、韩亚银行、北京移动、广东移动、SONY、DHL、SOHU、腾讯、海南航空、首都机场、中铁快运、意尔康集团等上百家企业、国内各大医院以及各个教育机构提供培训、咨询及教练服务，参训人员万余人，通过在课程中的自我发现和探索，实现了提升自我和企业绩效的双重收获。

课后评价反馈汇总

以招商银行一次培训效果为例，本次培训实际参训人数约 40 人，实际回收调查表 35 份。

◆ 参训学员对授课专家的评价

优秀：27 人 良好：8 人 一般：0 人 较差：0 人



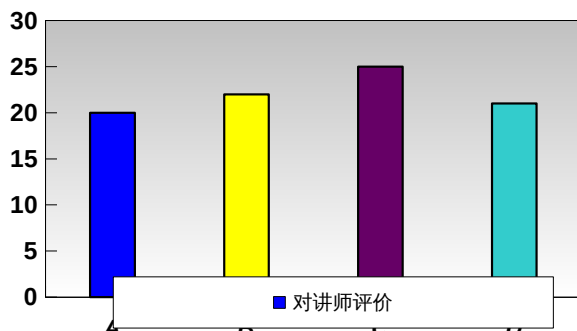
◆ 参训学员的培训收获 (◆注：本项为多选题)

项)

A：获得适用的新知识和新信息 (20 人) B：扩展视野，开阔思路 (22 人)

C：更新观念 (25 人)

D：启发策略性思维 (21 人)



◆ 参训学员认为能够借鉴到自己工作中的学习内容

- ✚ 与员工的沟通、整理自己的情绪；
- ✚ 情绪调整、自我认识、改正缺点；
- ✚ 团队的组织、客户的沟通；
- ✚ 通过改变认知达到改变行为结果；
- ✚ 1、接受工作现状，想克服弱点、减低压力、就要把压力变动力；
- ✚ 2、通过倾听客户或上司、下属的谈话，找出其真正的需求才能使工作事半功倍；
- ✚ 人员管理、客户服务、绩效提升；
- ✚ 心理学研究、修身方法、情绪管理；
- ✚ 发现自己的短处，并在心态上先克服；
- ✚ 1、关注自己可以控制的，可以影响的，做好自己的工作，完成任务；
- ✚ 2、转化负面情绪，多做正面引导；
- ✚ 3、多关注员工冰山下层隐藏的东西。



学员培训感受

- ✚ 感触良多，受益匪浅；
- ✚ 对待工作压力、指标的态度将有明显的改变，由抗拒转变为欢迎并接纳；
- ✚ 学习了很多从负面走向正面的方法,有利于工作中的减压和处理问题；
- ✚ 讲课内容初次接触，很新颖，有助于解决我现在面临的困惑；
- ✚ 本次培训挖掘出对自己内心的认知，发现自己的不足并去改变；
- ✚ 在情绪控制方面得到一些领悟和感觉；
- ✚ 短时间内对人有一定了解，并学会了对自己情绪的控制；
- ✚ 上课感觉很轻松，很乐意去听，感觉有很多可以学习的东西，结束后感觉这样的培训如果更长一些会更好；
- ✚ 耳目一新，个人情感与工作承压能力有提高，思路更清晰；
- ✚ 将心理学和管理相结合以推新绩效，是一种新的管理模式，很受用；
- ✚ 非常好，有利于提高人性和加强自我修炼；
- ✚ 很好，从儒家的五行理论、冰山理论等了解人性，有助于与员工和上级的沟通。