管理者由内而外的领导艺术

【课程背景】

本课程的核心理论来源是目前很具影响力的心理学流派之一的萨提亚模式。从心理科学的角度分享管理者的个人成长对于领导力的影响和意义。它检视管理者内心的深层感受，帮助其彻底了解和接纳自己，获得来自内心的生命能量，从而带来管理者内心的转变，使管理者更勇于为自我负责，敢于对自我挑战。

在一个企业，当管理者的内心能量提升带来个人的成长，会直接影响管理者的心理和情绪状态；会直接影响管理者彼此之间的互动沟通模式；会直接影响在企业中每个人的存在、发展以及成员之间的互动沟通模式。从而激活和带动整个企业的氛围。对于组织与团队，不仅可以降低沟通成本、提升工作效率、创造高绩效，更重要的是可协助组织在进行战略规划时考虑人性层面的需求，从而持续打造企业心理资本，激发人力资源潜能，实现企业目标。

【课程受益】

认识自我：了解接纳自我，增强内心能量，觉察自己在人际沟通模式上的盲区；

转化自我：有心态面对，有能力改变，有能量解决管理中的遇到的问题和挑战，选择更有效的人际沟通模式，由内而外影响、领导他人；

改善自我：勇于为自我负责，敢于对自我挑战，建立和谐的职场人际关系，增进团队的凝聚力。

【课程特色】

运用萨提亚家庭治疗、绘画疗法等心理学理论，用心理科学的视角理念和方法，与企业中人际沟通的现实相结合，更多真实的职场案例分享；

运用大量生动活泼的互动和体验方式增强培训的实用效果；

学员可以将自身需要解决的问题融入到培训中，使培训更具有针对性和实用性。

【授课对象】组织中各级管理者

【授课时长】2 天（6 小时/天）

【课程大纲】

一、领导艺术总论

1、领导的定义

2、管理与领导的区别

3、经典领导艺术的研究方向

4、萨提亚领导力模式的特点
5、由内而外的领导艺术的含义
视频：播放视频，说明管理与领导的不同

二、领导自己
1、领导者的自我觉察
2、认识压力
3、认识情绪与感受
4、压力下的几种应对模式：超理智、指责、讨好、打岔
5、萨提亚倡导的一致性沟通模式
测试 1：气质类型测试
测试 2：画一张图进行压力测试
体验：压力下的四种应对模式活动体验
2、领导者的内在管理与转化
1）冰山理论
2）自我内在冰山的解析
3）自我内在冰山的转化：情绪管理、观点转化、期待管理、满足渴望、自我能
量管理、支持系统
体验 1：画一张当您感觉有压力时的冰山图
体验 2：画一张您想要成为的领导者的冰山图、

三、领导他人
1、什么是影响力
2、压力下的沟通舞蹈
3、各种沟通模式的关键
4、他人的内在冰山
5、具有影响力的沟通模式：一致性的沟通模式
体验：团队沟通活动

三、领导团队
1 、理解团队
1）团队发展的阶段
2）组织系统与组织冰山
3）组织冰山与组织文化
2、团队能量动力管理
1）设置团队改变目标
2）落实改变行动
3）引领团队动力转化
体验：团队雕塑体验
演练：培育他人三人组练习