

情商领导力

一个卓越的领导人，在很大程度上不是因为他的智商超出常人，而是他有较高的情商能力。高情商的管理者能清楚地认识自己，有良好的人际关系，有个同心协力的团队，自然能为公司创造价值，达成业务目标。相反，低情商的管理者，无法控制自己的情绪，随时爆发脾气，周围的人不知道他下一步会做什么，也就没有信任感，结果团队涣散，绩效低下，不是公司的栋梁，而是公司的负担。所以，如果我们想要职场成功，成为一个卓越的领导者，我们必须关注自己的情商，提高自己的情商。

一、培训对象

中高层管理者

二、培训课时

面授：2天 12课时

课前一周内：Orelaxn®欧瑞思个人状态管理在线测评

三、培训成果

- 掌握情商领导力的六个维度
- 提高管理和影响他人、团队的效果，从而实现组织的目标

四、授课方式

互动讨论、实做实练、自我提升、案例导入、引导发现、讲授分析、视频播放、角色扮演、总结提高、由浅入深，循序渐进，高效参与。

五、课程特色

★ 情景式训练

- 自我觉知：解决问题最有效的方式
- 体验式：采集学员问题，老师引导或学员演练，发现问题的症结所在
- 教练式沟通：SEA（Support 支持+Encouragement 鼓励+Asking 问责）

★ 3E 混合学习法

- Enjoy 乐享过程：10%
- Experience 梳理经验：20%
- Explore 探索实践：70%

六、培训内容

1. 认识情商领导力

- 人的心理现象归类
- 管理心理学的体系结构
- 潜意识——驱动意识背后的动力心理系统
- 情商的涵义
- 情商和领导力：正反个案

2. 详解情商领导力

- 情商领导力的六个维度
- 管理者个人状态的四个指标
- 识别和确定发展重点

3. 情商领导力维度一：管理者的心智建设

- 心智模式概念
- 【活动】头脑书写
- 心智建设1：情绪影响
 - 心智建设2：希望建设
 - 心智建设3：需求激发
 - 心智建设4：越欲觉察
 - 心智建设5：情理交织
 - 领导者的位置与心智

【工具/模型】

- ❖ 需求激发-高跟鞋理论
- ❖ 领导商数 LQ (Leading Quality)
- ❖ 组织领导者权力模型 John French, Bertram Raven
- ❖ 管理技能曲线：专业/决策/人际能力

4. 情商领导力维度二：管理者的自我认知

- 人格气质管理心理学
- 出彩真我®之管理者自我认知盘点
- 不同排序的行为模式
- 多维度的工作风格和领导风格

【工具/模型】Colour For People®出彩真我：英国情商领导力—“领导者自我认知”分析工具

5. 情商领导力维度三：管理者的团队协调

- 团队认知
- 团队的构成要素
- 团队协调中的4P法则
- 团队协调的三大要素
- 跨部门协调的干系人分析
- 团队协调的四大基础：RCCD法则

【活动】开放空间

【工具/模型】跨部门协调 Fish 理论

6. 情商领导力维度四：管理者的人际冲突

- 施加影响力的方法

【影响力活动】不明液体

- 被他人认同的有效行为：可信度、互惠性、说服力
- 亲和力打造：关键要素、有效方法
- 人际冲突管理的内涵
- 人际冲突模式(和解 Vs 协作 Vs 回避 Vs 强制)
- 领导者冲突管理风格测试
- 协议框、柔道法则、社网图

【工具/模型】

- ❖ 55387 法则：阿尔伯特 曼拉比安 Alert Mehrabian
- ❖ 同频同率，先跟后带
- ❖ 托马斯—克尔曼冲突模型
- ❖ 皮格马利翁效应

7. 情商领导力维度五：管理者的压力管理

- 什么是压力

【头脑风暴】压力带来的感受和后果

- 常见的自发压力反应
- 压力来源（外部压力源/内部压力源）
- 【测试】管理者的心理承受力指数
- 压力来源分析
- 如何应对压力

- ① 直面问题：不同主色伙伴的解压秘诀
- ② 转换观念：橄榄球定律
- ③ 自我训练：文件筐测试/运动训练

【工具/模型】

- ❖ 弗洛伊德分离原理
- ❖ 情绪影响理论（ABC 原理）

8. 情商领导力维度六：管理者的下属发展

- 60 后/70 后/80 后/90 后/00 后的关键词
- 新生代员工心理特征
- 新生代员工行为方式

【案例】90 后小 M 的故事

- 新生代员工管理的内核

【工具/模型】新生代员工软管理 GM

9. 发展情商，成为卓越领导者

- 课程要点总结回顾
- 行动方案

课后：

- 1对1 解读 Orelaxn®欧瑞思个人状态管理，30分钟/人

七、关于 Orelaxn®欧瑞思

源自欧洲的个人状态管理体系 Orelaxn®欧瑞思®以心理学、管理学和社会学为基础，从**积极心理资本**、**积极自我认知**、**积极环境打造**和**积极职场意义**四个维度形成了一整套提升管理者情商领导力和组织状态的实用方法，认识自己，完善自我，理解他人。

Orelaxn®欧瑞思®状态管理的学习能够让管理者更乐观、更自信、更有行动力、有强大的意志力、有良好的人际关系、有更明确的人生目标等等。这些积极心理资本相辅相成，完整而又科学地分析影响个人状态的要素，全面地提升个人和组织的状态。

Orelaxn®欧瑞思®提供经过精心简化的因果关系和方法，便于理解吸收，并通过练习达到持久稳固的效果。不仅用于提高个体的状态，而且由这些个体组成的团队、组织甚至整个社会，也都能因此而得益。

