

## 《管理者情商管理》

利用国际权威情商模型，帮助领导者提升心智成熟度和灵活管理的能力

主讲：梅晓霞老师

### 【课程背景】

在大数据时代，你的公司是否清楚了解推动组织绩效的因素？大多数公司的“仪表盘”都有明确的收入和客户指标（如销售考核目标），但在员工方面却存在严重的不足。你的员工究竟是如何产生价值的？是什么推动/阻止他们这样做？

当下我们正处于 BANI（Brittle 易崩塌，Anxiety 焦虑感，Non-linear 非线性，Incomprehensible 不可知）时代。在这种环境下，我们需要不同于正常时期的战略和战术。倘若我们面临新的商业压力，我们不能再使用二十世纪五十年代或八十年代的管理方法，并期待它们在今天依然奏效。我们需要一种适合当今商业环境的管理方法。

那么，获得高绩效将意味着什么？

我们在团队或组织中需要做什么？

在你的组织里，员工彼此信任吗？

他们面对变革的感受是什么呢？

在团队协作、跨部门协作中遇到的挑战又是什么呢？

每个人都是被什么驱动？

执行力是由内而外还是强压执行？

管理者是否感到“情绪倦怠”？

团队现状到底是被哪些我们目前还没有看见的力量所推动？

谷歌首席创新布道者——弗雷德里克·普费地特（Frederik Pferdt）说：“创新团队与众不同的就是成员会感到‘心理安全’。”即团队成员认为：发表观点是被接受的，而且在犯错时不会受到惩罚。作为领导者，需要利用你的力量，让团队注意到那些被忽视的贡献，从而放大那些声音。注意团队成员的情绪和感受，并运用同理心进行倾听。采取一种好奇和开发的态度，并就此提出好的问题。而这些，都涉及到管理者的情商能力。

情商管理在现在的企业里扮演的角色越来越重要，智能时代难以被取代的是人与人情感的连接和共鸣，这将考验每个员工，尤其是管理者的情商能力。通过发展情商，将有助于提升个人效能、人际关系、幸福感和生活工作的品质，激发洞察力、连接和意义。不论是 VUCA 时代，还是 RUPT 时代，或是 BANI 时代，我们都需要更敏捷、更迅速地应对变化，并以不同的方式来领导人们，情商领导力正好可以帮助企业领导者实现这些。

梅老师作为全球认证的 EI-T 培训讲师和 EQ-i2.0 解读师，将在本课程中，通过引用情商模型，并结合实际案例，让大家在讨论中体验到自己在情商每个维度的现状，以及它对于管理所带来的影响，并找到自己发展情商管理的方向和策略。

### 【课程收益】

- 系统了解国际权威的情商模型
- 提高自己的情商能力，使自己的领导方法更为灵活
- 对自己情商的强项和弱项有个详尽的认识，能够评估自己对他人的影响力
- 通过发展领导者的情商来提升企业文化

【课程特色】 引用国际权威情商模型、大量实际案例、在轻松活跃中获得启发

【课程对象】 基础管理、中层管理

【课程时间】 1天(6小时/天)

### 【课程大纲】

#### 一、什么是情商？

- 1、情商对于发展个人心智成熟度的重要性
- 2、在当今时代，情商在管理中的角色
- 3、情商模型总体介绍

工具：EI-T/EQ-i2.0 情商模型

#### 二、了解和体验情商的每个维度

## 1、情商修炼第一层：自我认识

- 对情绪的自我意识：  
精确辨识自己的情绪感受，意识到这样的情绪状态会对自己的思维、行为和结果产生怎样的影响，理解情绪背后的原因
- 自我肯定：  
超脱于他人的尊重及认可，不依赖于他人评价以获得情感依托，对个人能力、价值、意义的充分自我接纳
- 自我实现：  
追求意义、自我提升，工作投入感情，全力以赴；不满足于当下，有目标、有追求；感觉工作有意义，生活充实  
[案例分析+发展策略](#)

## 2、情商修炼第二层：自我表达

- 情绪表达：  
以恰当的方式表达自己真实的感受和想法，从而缓解和调节自己的情绪状态，促进信任关系的建立和问题的解决
- 坚定直率：  
通过语言和非语言的方式，与他人坦诚交流感受、信念和想法，并且对他人没有冒犯性
- 独立性：  
遇事有主见，做决定不依赖于他人感受，并且为自己所做的决定负责  
[场景化练习+发展策略](#)

## 3、情商修炼第三层：人际

- 人际关系：  
有效的人际关系是对别人有价值、对别人有帮助、对彼此达成绩效目标有所贡献的关系
- 同感/同理心：  
理解他人感受和需求并能以尊重他人感受和需求的方式行事的能力
- 社会责任感：  
个人行为优先考虑群体利益，从而为整个社会和所属的组织群体做出贡献  
[案例演练+发展策略](#)

## 4、情商修炼第四层：决策

- 解决问题：  
在有情绪干扰的情况下找到解决问题的方法
- 实事辨别：  
客观、实事求是地判断一个事物或事件
- 冲动控制：  
在欲望或诱惑的驱使下，能做到三思而后行  
[案例演练+发展策略](#)

## 5、情商修炼第五层：压力管理

- 灵活性：  
在不断变化的压力情况下保持冷静和专注，能根据事情进展及时调整情绪、想法和行为，以适应陌生、无法预测和动态的情况
- 抗压能力：  
积极主动应对压力，有效面对不利事件与紧张局势的能力
- 乐观：  
在逆境中依然能够看到生活光明的一面，并保持积极态度的能力  
[案例分析+发展策略](#)

## 三、情商可以给我们的生活和工作带来什么？

### 1、情商提升心智成熟度

### 2、情商与幸福感的关系

## 四、如何利用情商模型发展领导力？

### 1、利用情商维度发展领导力

### 2、ABCD 情商发展模型

### 3、制定个人情商发展策略，以提升个人职业化素养和领导力

工具：ABCD 情商发展模型