kod szkolenia: HR-LS / Change_1D

Change Leadership - wzmacnianie zwinności i odporności w obliczu zmian

W tym warsztacie skupimy się na rozwijaniu zwinności emocjonalnej lidera – czyli zdolności do świadomego rozpoznawania i zarządzania emocjami, zarówno własnymi, jak i zespołu, w sytuacjach niepewności i zmian. Pokażemy, jak przechodzić od automatycznych reakcji do przemyślanych działań, aby skuteczniej wspierać zespół w trudnych momentach. Nauczysz się budować odporność psychiczną i tworzyć kulturę otwartości emocjonalnej, która zwiększa zaangażowanie i efektywność zespołu. Dzięki praktycznym ćwiczeniom i analizie realnych sytuacji dowiesz się, jak lepiej zarządzać stresem i utrzymać motywację zespołu podczas zmian.

Odbiorcy szkolenia

Warsztat dedykowany jest liderom, menadżerom, kierownikom projektów, profesjonalistom HR, których praca wpływa na działania zespołów.

Korzyści

- Świadomość własnych reakcji emocjonalnych i sposobów zarządzania nimi.
- Umiejętność świadomego zarządzania energią i nastawieniem w trudnych sytuacjach.
- Narzędzia do wzmacniania zwinności emocjonalnej i odporności u siebie i zespołu.
- Skuteczniejsze prowadzenie zespołu przez zmiany dzięki inteligencji emocjonalnej.
- Poprawa komunikacji, zarządzania stresem i monitorowania nastrojów w zespole.

Program szkolenia

MODUŁ I Siedem poziomów nastawienia w obliczu zmian

- Wprowadzenie do modelu 7 Levels of Energy Leadership
- Różnica między nastawieniem drenującym i osłabiającym, a budującym i wzmacniającym
- Jak poziomy nastawienia wpływają na sposób, w jaki liderzy postrzegają i prowadzą zmiany?

Dyskusja: Jakie poziomy energii dominują w organizacji podczas obecnych zmian? Jak mogę jako lider to kształtować?

MODUŁ II Lider w zmianie – jak zarządzać własną odpornością i energią emocjonalną w czasach niepewności i pod dużą presją?

- Rozpoznawanie własnych reakcji na zmianę.
- Strategie podnoszenia budującej energii lidera.
- Od reakcji do świadomego działania – jak świadomie zarządzać stresem i emocjami i przechodzić z autopilota emocjonalnego do przemyślanych działań.

Ćwiczenie: "Trigger Map" – identyfikacja sytuacji wywołujących drenujące reakcje i opracowanie strategii ich transformacji.

Ćwiczenie: "Mapa mojej energii w zmianie" – uczestnicy identyfikują swoje dominujące poziomy energii w kontekście obecnych zmian i ich wpływ na zespół.

*** Opcjonalnie – ćwiczenie w oparciu o indywidualne wyniki badania nastawienia ELI – Energy Leadership Index Assessment, polecanego przez Forbes Coaches Council jako jedno z TOP 3 jakie każdy lider i menedżer powinien wykonać.

MODUŁ III Change Leadership – zwinność emocjonalna lidera i zespołu w czasach zmian

- Rola lidera jako „katalizatora energii” w zespole.
- Jak podnosić poziom energii emocjonalnej zespołu?
- Komunikacja zmian z poziomów empatia, kreatywność, wizja.
- Zwinny lider = zwinny zespół – jak modelować postawy emocjonalnej elastyczności i odporności w zespole oraz kształtować kulturę otwartości na zmiany.
- Techniki radzenia sobie z oporem wobec zmian np. komunikacja edukująca vs. empatyczna i motywująca, technika acknowledge & validate etc.

Ćwiczenie: "Case study – Liderzy w akcji" – analiza przykładowych scenariuszy (lub rzeczywistych scenariuszy z firmy). Uczestnicy w małych grupach pracują nad strategią prowadzenia zespołu przez zmianę, wykorzystując różne poziomy energii emocjonalnej i nastawienia.

Oczekiwane przygotowanie uczestnika

Nie jest wymagane, jednak polecamy wykonanie testu diagnostycznego ELI w oparciu o który jest zaprojektowany warsztat.

Czas trwania

1 dni / 7 godzin

Język

Szkolenie – polski
Materiały – polski