

Kod szkolenia: **H6B63S**

Tytuł szkolenia: **Techniki zarządzania ludźmi w projektach**

Techniques for Managing People in Projects (15 PDUs)

Dni: 2



## Opis:

### Cel szkolenia:

- Poznanie koncepcji inteligencji emocjonalnej oraz jej podstawowych kompetencji
- Rozwinięcie podstawowych kompetencji inteligencji emocjonalnej
- Wykorzystywanie inteligencji emocjonalnej w zarządzaniu projektem, w szczególności w komunikacji projektowej i zarządzaniu konfliktem
- Zmiana sposobu myślenia oraz działania w projektach, dzięki poznaniu zasad funkcjonowania mózgu, poznaniu podstawowych obszarów i kompetencji inteligencji emocjonalnej, dokonaniu oceny swoich umiejętności emocjonalnych

Po szkoleniu uczestnicy szkolenia będą w stanie:

- Trafnie identyfikować własne emocje i radzić sobie z nimi w różnych sytuacjach projektowych
- Kontrolować swoje emocje i świadomie je wykorzystywać
- Odczytywać emocje innych interesariuszy projektu oraz rozumieć, co się naprawdę z nimi dzieje
- Budować efektywne relacje w projekcie dzięki wykorzystaniu świadomości własnych emocji i rozumienia emocji innych
- Być przywódcą zespołu projektowego, efektywnie i emocjonalnie inteligentnie komunikować się oraz zarządzać konfliktem

### Adresaci szkolenia:

Kierownicy projektów lub programów, kierownicy liniowi odpowiedzialni za zarządzanie projektami, pragnący uzupełnić swój warsztat kierownika projektu, poznając i rozwijając umiejętności przywódcze dotyczące umiejętności emocjonalnych.

## Informacje dodatkowe:

Szkolenie może być zrealizowane w języku polskim lub angielskim.

Uczestnicy otrzymują akredytowane materiały szkoleniowe w języku angielskim.

## Program szkolenia:

1. Podstawy inteligencji emocjonalnej
  - Pełny obraz człowieka: inteligencja, inteligencja emocjonalna, osobowość
  - Mini test inteligencji emocjonalnej
  - Inteligencja emocjonalna w zarządzaniu projektami
  - Mózg: rozum i uczucia
  - Podstawowe emocje – klasyfikacja
  - Modele inteligencji emocjonalnej
2. Samoświadomość emocji - podstawa inteligencji emocjonalnej
  - Samoświadomość i jej podstawowe kompetencje
  - Emocjonalna samoświadomość i pięć czynników samoświadomości
  - Właściwa samoocena i pewność siebie
  - Techniki doskonalenia samoświadomości
  - Samoocena emocjonalna
3. Samokontrola – druga kompetencja osobista inteligencji emocjonalnej
  - Samokontrola emocjonalna w zarządzaniu projektami
  - Załamanie emocjonalne i jego przyczyny
  - Myśli automatyczne i dialog wewnętrzny
  - Metody panowania nad pobudzeniem emocjonalnym
  - Inne techniki kontroli emocji
4. Świadomość społeczna – pierwszy składnik kompetencji społecznych
  - Świadomość społeczna w zarządzaniu projektami
  - Empatia i metody jej doskonalenia
  - Metody rozpoznawania stanu emocjonalnego innych uczestników projektu
  - Świadomość organizacyjna
  - Techniki doskonalenia świadomości społecznej
5. Zarządzanie relacjami – kolejny składnik kompetencji społecznych
  - Zarządzanie relacjami i projekty
  - Zarządzanie interesariuszami w standardzie PMBOK® Guide uzupełnione o aspekty emocji
  - Rozwijanie zespołu projektowego wg standardu PMBOK® Guide
  - Narzędzia oceny silnych stron oraz zalet charakteru
  - Inne techniki zarządzania relacjami w projekcie
6. Przywództwo zespołu projektowego i inteligencja emocjonalna
  - Podstawowe aspekty przywództwa w projekcie
  - Emocjonalnie inteligentna komunikacja w projekcie
    - Słabości tradycyjnego – formalnego i zorientowanego na przepływ informacji - podejścia do komunikacji w projekcie
    - Inteligencja emocjonalna i społeczna w komunikacji w projekcie:

- Model komunikacji i jego praktyczne konsekwencje
  - Metody emocjonalnie inteligentnej komunikacji w projekcie
  - Ujawnianie własnych myśli, uczuć i pragnień
  - Pokonywanie typowych problemów w komunikacji wynikających z aspektów emocjonalnych
  - Kwadrat komunikacyjny von Thuna
  - Koncepcja „Okna Johari” i jej wykorzystanie do oceny poziomu komunikacji w projekcie oraz świadoma komunikacja z samym sobą i z otoczeniem
  - Ocena własnego podejścia do komunikacji: test wykorzystujący koncepcję „Okna Johari”
  - Emocjonalnie inteligentne zarządzanie konfliktem
    - Podstawowe koncepcje związane z konfliktem oraz inteligencja emocjonalna
    - Podejścia do rozwiązywania konfliktów: sytuacje w jakich mogą być zastosowane oraz umiejętności emocjonalne umożliwiające ich stosowanie
    - Ocena własnego podejścia do rozwiązywania konfliktów: test Thomasa-Kilmanna
    - Inne metody rozwiązywania konfliktów
  - Inspirujące przywództwo: rezonansowe i dysonansowe z punktu widzenia emocji style przywództwa
  - Style przywództwa i inteligencja emocjonalna
7. Inteligencja emocjonalna w zarządzaniu projektami
- Podsumowanie: emocjonalnie inteligentny kierownik projektu

