

ИНИЦИАТИВНОСТЬ И ЛИЧНАЯ ЭФФЕКТИВНОСТЬ

Цель: научить организовывать свою деятельность, стремиться к достижениям и развиваться

Для кого: для руководителей линейного и среднего звена

Продолжительность: 16 часов (2 дня по 8 часов)

Показатели личной эффективности	<ul style="list-style-type: none"> • Что такое личная эффективность? Как мы понимаем, что мы эффективны? • Показатели эффективности: умение организовывать собственную деятельность, инициативность, последовательность, творческий подход, результативность, коммуникабельность, эмоциональная устойчивость, саморазвитие • Оценка показателей собственной эффективности. Колесо компетенций
Стремление к достижениям	<ul style="list-style-type: none"> • Что такое амбициозные цели? Формирование критериев • Как сделать амбициозную цель максимально привлекательной • Постановка амбициозных целей. Создание вызова • Прокрастинация - откладывание дел на потом. Барьер, мешающий достижению целей • Правила борьбы с прокрастинацией • Технология достижения амбициозных целей. Модель ТОТЕ • Приёмы эффективного обучения, как путь к постоянному самосовершенствованию
Технология мотивации и самомотивации	<ul style="list-style-type: none"> • Основные мотивационные факторы и виды мотивации • Мотивация и корпоративная культура • Классификация мотиваторов. Анализ личных мотиваторов и формирование рейтинга • Способы повышения мотивации • Сценарии демотивации. Демотиваторы и способы работы с ними
Самоменеджмент	<ul style="list-style-type: none"> • Технология управления собой: разум, тело, эмоции • Способы внутреннего контроля • Установки и технология работы с ними • Модель позитивного мышления • Иррациональные идеи, мешающие эффективности и саморазвитию. Работа с негативной информацией • Два вида работы с иррациональными идеями – рефрейминг смысла и контекста • Модель «Проблема-Решение». Способы перемещения фокуса внимания • Стрессменеджмент. Техники саморегуляции и управления собой
Развитие инициативности	<ul style="list-style-type: none"> • Понятие инициативности. Правила проявления инициативы • Инициативность и ответственность • Способы развития инициативности. Барьеры инициативности
Творческий подход и инновационность	<ul style="list-style-type: none"> • Признаки инновационного мышления • Модель ТРИЗ и АРИЗ как способ выхода за рамки проблемы • Природа инициативного (направленного на улучшения) мышления • Проактивность, как способ видеть на шаг вперед и действовать • Как генерировать и опробовать полезные инициативы

Результат:

- ✓ Осознают, что такое личная эффективность
- ✓ Научатся ставить амбициозные цели и освоят технологию их достижения
- ✓ Познакомятся со способами самомотивации и научатся мотивировать себя в разных ситуациях
- ✓ Узнают о различных способах управления собой (в частности собственным мышлением и эмоциями), и применяют их на практике
- ✓ Найдут возможность больше проявлять инициативу и творчество в решении вопросов бизнеса и занимать проактивную позицию

*Программа тренинга носит предварительный характер и будет скорректирована с учётом пожеланий заказчика.