

## **Эмоциональное лидерство: как раскрыть личный и командный потенциал?**

### **УПРАВЛЕНИЕ ВНИМАНИЕМ**

Лидерские компетенции для тройного влияния на подчиненных, коллег и руководителей. Пространство. Взгляд. Метод 3 зон. Управление взглядом в работе с 2+. Скрытая невербалика. Влияние на примере 3-х президентов: осанка, ноги, руки и пр. Жесты. Скоростная визуализация звуком и светом в переговорах.

### **СОДЕРЖАТЕЛЬНОСТЬ**

Структура изложения информации. 3 метода разделения информации по частям. Дом мыслей. Аргументация. Матрица убеждения. ЦБ. Структура и “ЦБ-алгоритм”. Метод “Боржоми”. График внимания. Истории.

### **ХАРИЗМА**

Переключение внимания. Паузы. Убеждение через «разрыв». 6-секундное молчаливое влияние. Упрощение речи. Контрманипуляции. Compliments. Техника “ИКС”. Стратегия двух шагов защиты от словесного прессинга. Борьба с негативом. Речевая самооборона. Выход за рамки. Приемы Стива Джобса.

### **САМОДИСЦИПЛИНА**

Постановка долгосрочных целей в работе. Цели. Принцип “Чеширского кота”. Два подхода к постановке целей. КЕДР против STAR. Фиксация информации 1 в 1. Приоритеты. Что говорить в завершении диалога. Метод «Рельс». Приемы Штирлица для повышенного влияния.

### **ОТРАБОТКА РЕАКЦИЙ**

Отработка реакций на негатив. Отработка «неприятности» методом МЧС. Метод «лимонных реакций». Метод «шпионского моста»: А это поможет? Техника страх-опасность. Подход Дэфо. Как избавляться от невротических, успокоительных и раздражающих факторов на эмоциональном уровне?

### **ДИСКОМФОРТ И ОГРАНИЧЕНИЯ**

Осознание точки дискомфорта. Стресс-развивает. Поиск инструментов для развития гибкости мышления. Проверка личных и рабочих хронофагов. Отработка входящего потока. Как фильтровать то, что принимает. «Инстаграм – грабеж»

### **СТРУКТУРИРОВАНИЕ И ВИЗУАЛИЗАЦИЯ блок-схемами**

Структурный подход влияния. Приемы 2-х миллиардеров: Потанина и Леонова. Ответная структурное пояснение на 1-2-3. Метод немецкого МВА. Структурирование. Метод квадрат-прямоугольник-круг-стрелки

### **ВЫГОРАНИЕ И МОТИВЫ**

30 мотиваторов: что движет тобой? Неэффективные рабочие состояния: чем заменить и как избавиться? ХО подход измерения личной мотивации. Создавай свой бой с циклами 1,5 часа +. Антиусталось без потери 20% времени на переключение между задачами.

### **ВЫРАБОТКА ПРИВЫЧЕК**

Календарь: 4 цвета в твоём смартфоне, многозадачность, задачи в режиме ожидания, утюга и такси. Аудит привычек. Приемы незапланированного отдыха. Расслабление при переключении. Подход «СЕМС». 12 сожалений в 80+. Как не попасться в капкан 20-ти лет как 1 день. Ваши 32 850. 12 сожалений стариков.