

Для кого этот тренинг? Он для всех кто хочет гармонично развиваться. Тренинг очень важен и полезен для руководителей компаний, подразделений и HR менеджеров. Он очень поможет продавцам различных товаров и услуг выстраивать отношения с клиентами своих компаний. А так же научит работать с собой, со своим внутренним ресурсом. Поможет справиться со стрессом, с усталостью и выгоранием на работе. Персонал, прошедший тренинг сможет после тренинга выйти на новые рубежи в сотрудничестве со своими партнерами и клиентами, этому будет способствовать чувство толерантности и глубокое эмпатическое погружение в общении с окружающими.

Цель: сформировать у сотрудников навыки работы со своими внутренними эмоциями, выработать умение создавать ресурсное рабочее состояние, научиться быть уверенным в себе и овладеть искусством ладить с другими людьми и управлять их эмоциональным состоянием. Стать эмоционально компетентными!

**Длительность обучения: 2 дня, 16 часов с перерывом на обед и кофе-брейки.
Начало в 10:00 окончание 18:00.**

Ведет тренинг: Иванилов Игорь Юрьевич автор программы и одноименной книги.

Тема 1. Выявление источников эмоций в себе

- Что такое эмоциональная компетентность
- Какие эмоции вы знаете
- Как вы умеете управлять своими эмоциями
- Создание ресурсного состояния
- Собственные чувства и эмоции в чем разница
- Происхождение эмоции и ее источник энергии
- На что и как влияют эмоции в нашей жизни
- Как проявляются эмоции в нашем теле
- Погружение в эмоцию, знакомство с эмоцией

Тема 2. Нарботка навыков эмоциональной компетентности и выбора

- Углубленное погружение в свою эмоцию
- Субмодальный портрет эмоции
- Что помогает изменить эмоцию и что мешает

- Дыхание как практика работы с эмоциями
- Растворение эмоции с помощью техники погружения и концентрации
- Техники концентрации и медитации
- Нарботка желаемых ресурсных состояний

Тема 3. Обретение уверенности в себе

- Набор энергии и сил – дыхательные упражнения
- По каким признакам определяется уверенность
- Уверенность как энергия
- Уверенность как управляемый механизм
- Методы обретения уверенности
- Что такое концентрация внимания методы работы на концентрацию внимания.
- Рабочие циклы, Метод Сасаки, Мысленные перерывы.

Тема 4. Отслеживать чувства клиентов

- Понятие эмпатии
- Изучаем язык эмоций человека
- То что может помешать отслеживать эмоции
- Как люди прячут свои эмоции и чувства
- Определение эмоции собеседника по голосу
- Как удерживать внимание клиента, собеседника
- Методы управления эмоциями собеседника

Тема 5. Овладеть искусством «ладить с другими»

- Ожидания клиента
- Дерево ожиданий
- Толерантность и готовность отдавать как модель поведения
- Безусловное принятие другого человека
- Видеть своего собеседника счастливым
- Клиент достигший желаемого
- Научиться разделить работу и домашние заботы
- Готовность и желание ступени к действию
- Как создать намерение

Во время тренинга поддерживается в аудитории спокойная комфортная обстановка. Все происходит в доброжелательном тоне и каждый старается отслеживать свои собственные эмоции. Одно из важных правил тренинга – БЫТЬ ЗДЕСЬ И СЕЙЧАС – ощущайте трепет жизни внутри своего тела. Это Ваш якорь в моменте Сейчас.