



ПРОГРАМА: “ЕМОЦІЙНА АРХІТЕКТУРА: СВІДОМІСТЬ, СТАНИ, ВЗАЄМОДІЯ”



ТАЙМІНГ

15+ ГОДИН

ВАРТІСТЬ

6500 ГРН/ГОДИНА

ФОРМАТ ПРОГРАМИ:

- 6 тренінгів-практикумів: послідовне поєднання теорії з практикою для якісної інтеграції та глибокого засвоєння навичок.
- Фінальний командний коучинг: етап повної інтеграції знань, де команда самостійно створює «портрет» своєї взаємодії, синхронізує навички з реальними завданнями та формує нові внутрішні домовленості та атмосферу.
- Поглиблена робота з емоційним капіталом команди. Дослідження емоційного світу людини як системи: від усвідомлення власних станів та індивідуальних кордонів до побудови зрілої архітектури командної взаємодії.
- Фокусування на переході від автоматичних реакцій до керованої ефективності: безпосередній вплив на якість рішень та сталість команди.

ФОКУС ПРОГРАМИ:

- Емоційна обізнаність як компетенція: здатність учасників команди усвідомлювати власні стани, розпізнавати індивідуальні «тригери» та розуміти їхнє вплив на командну динаміку.
- Інструментарій саморегуляції та кордонів: опанування технік роботи з емоційним навантаженням та вибудовування здорових професійних кордонів.
- Культура емоційної безпеки: формування командної спільної мови та принципів взаємодії, де емоційний інтелект використовується як практичний інструмент для підвищення якості комунікації та досягнення бізнес-результатів.
- Системна стійкість команди: створення командних алгоритмів підтримки продуктивної атмосфери, що мінімізує емоційне вигорання та зміцнює командний імунітет.



МОДУЛЬ 1. СПРИЙНЯТТЯ КОМАНДИ

Ключові теми модуля:

- Природа емоцій та емоційні стани людини
- Усвідомлення зв'язку і впливу думок, емоцій та моделей поведінки на способи реагування у стані «Тут і Зараз»
- Емоційний контекст та вплив середовища на формування почуттів та моделей поведінки

Переваги модуля:

- Формування усвідомленого розуміння власних станів, внутрішніх процесів і факторів, що впливають на рішення, поведінку та спосіб взаємодії з іншими.

МОДУЛЬ 2: ПРОЯВЛЕННЯ КОМАНДИ

Ключові теми модуля:

- Вплив інтелекту на самомотивацію і поведінку
- Емоційний інтелект як практичний інструмент дорослої взаємодії
- Синтез ключових особистісних і соціальних компетенцій
- Формування самовизначеної, актуалізованої особистості
- Самомотивація та стійкість як основа реалізації власного та командного потенціалу

Переваги модуля:

- Узгодження індивідуальних станів і реакцій у зрілій, злагодженій командній взаємодії.
- Емоційний інтелект як практичний інструмент командної роботи для якісної комунікації, прийняття рішень та взаємного впливу в команді.
- Командна самомотивація та стійкість як основа реалізації особистого й командного потенціалу через узгоджені цінності, відповідальність і зрілу взаємодію.