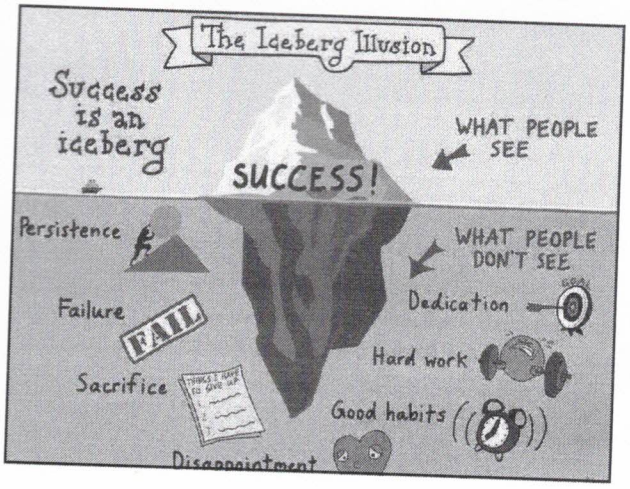
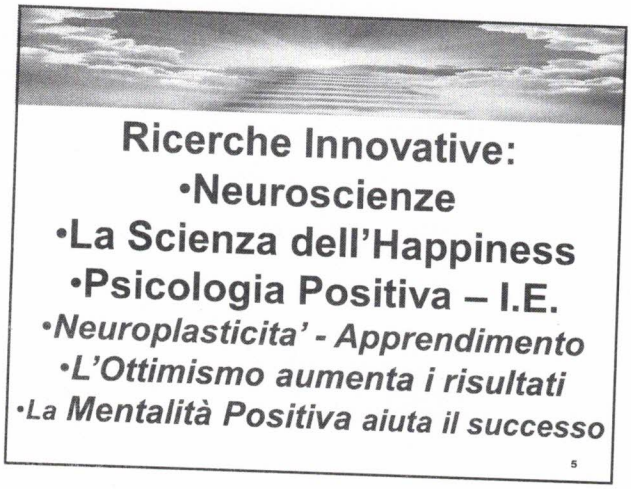
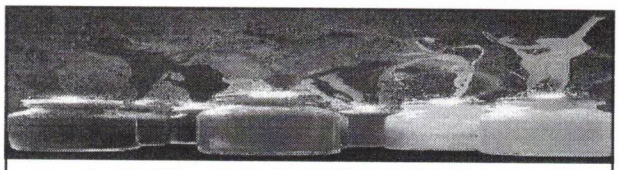
LAB "LEADERSHIP GENERATIVA"

INTELLIGENZA EMOTIVA, TECNICHE DI MEDIAZIONE, MINDSET DINAMICI

E COMUNICAZIONE GENERATIVA







LAB *ALLENARSI A ESERCITARE LA PROPRIA LEADERSHIP*

OB: **SUPPORTO/SVILUPPO**

Specifiche COMPETENZE

Ottimizzazione STRATEGIE 7

Response-Ability

REGOLE LAB

1. RISPETTO e CORAGGIO
2. Non esistono "Errori"

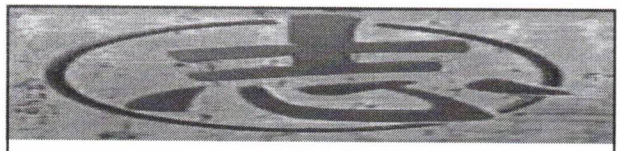
Esperienze Apprendimento!

3 LAB *Mettersi in gioco*

APRIRSI A NUOVE POSSIBILITA'

Patto Formativo

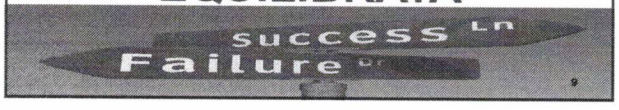
per Ben-Lavorare e Ben-essere 8



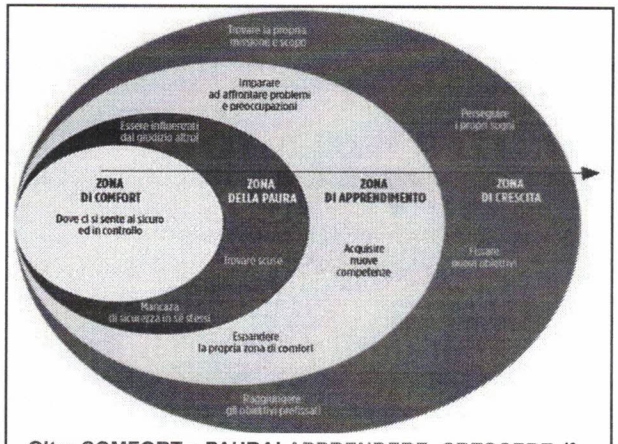
CRISI

Pericolo Opportunità

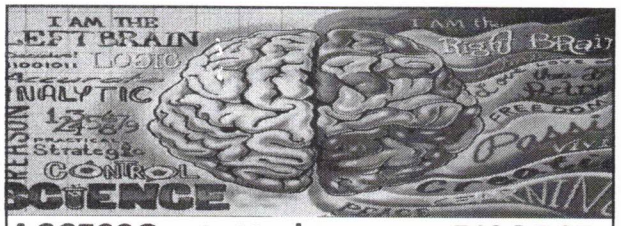
PROSPETTIVA EQUILIBRATA



9



Oltre COMFORT e PAURA! APPRENDERE- CRESCERE 10



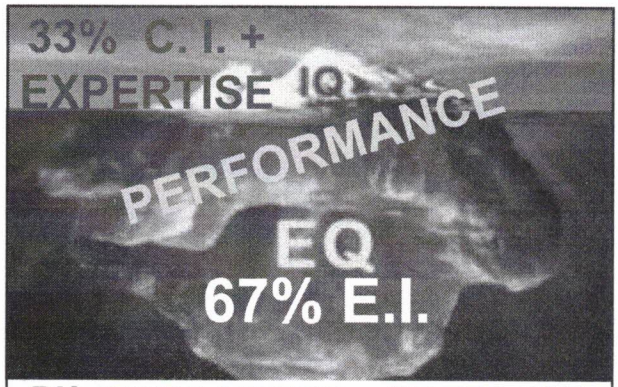
ACCESSO a tutte le nostre RISORSE

CULTURA E-E

COMPLEMENTARIETA' - SINERGIE

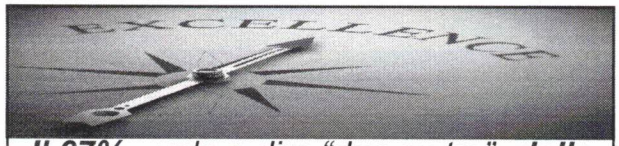
PENSIERO "Logico-Razionale"

PENSIERO "Laterale-Creativo" 11



Più COMPLESSITA' – Più I.E. ROI

VALORE ECONOMICO I.E. 12



*Il 67% - vale a dire "due su tre"- **delle capacità ritenute essenziali per una***

PRESTAZIONE EFFICACE

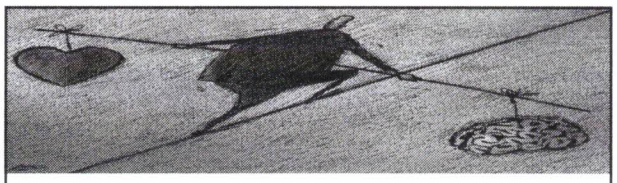
è di natura emotiva.

Rispetto al QI e all'Expertise

la Competenza Emotiva conta due volte tanto

E questo vale per tutte le categorie di lavoro e in tutti i tipi di organizzazione.

13



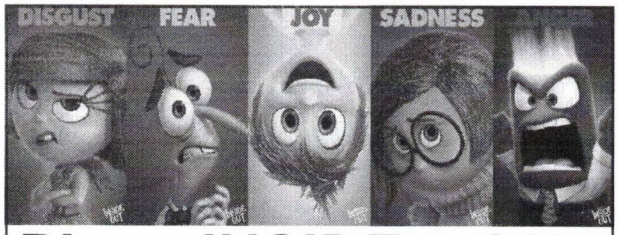
***COMPETENZE* / SKILLS I.E.**

INDIVIDUALI RELAZIONALI

COMUNICAZIONE

IO - ALTRO

14

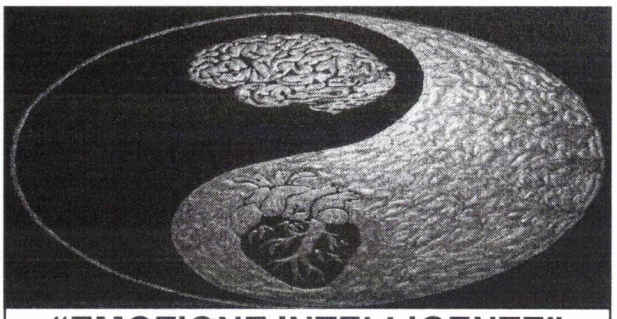


Pixar INSIDE – OUT

Trova la tua Voce e ispira gli altri a trovare la loro

IO – "ALTRO"

15

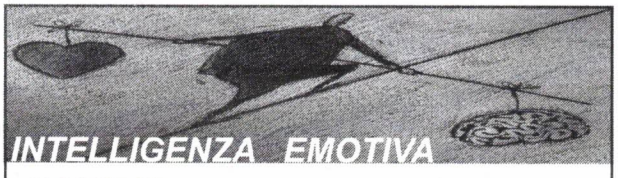


"EMOZIONE INTELLIGENTE"

"INTELLIGENZA EMOZIONATA"

YIN - YANG "COMUNICAZIONE"

16



INSIDE COMPETENZE PERSONALI

0 .....

1. .....

2. .....

3. .....

OUT COMPETENZE SOCIALI

1. ---------- *ASCOLTO*

2. ---------- ESPRESSIVITA'

INTELLIGENZA EMOTIVA NEL LAVORO

COMPETENZE INDIVIDUALI INSIDE

0 AUTOSTIMA

1 CONSAPEVOLEZZA

2 GESTIONE Pensieri/Emozioni - PADRONANZA

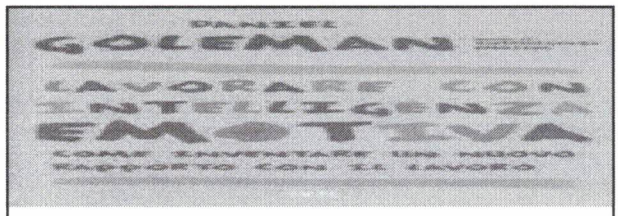
3 MOTIVAZIONE

COMPETENZA RELAZIONALI OUT

- EMPATIA "MATURA" ASCOLTO
- ABILITA' SOCIALI ... *Espressività*

Influenza Leadership Gestione Conflitti

Lavoro in Team – Catalisi Cambiamento 18



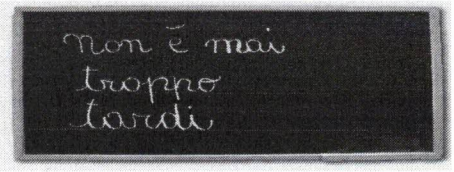
Le INCOMPETENZE ricadono come "TASSE e MALESSERI"

Individui/Team "Emotivamente Intelligenti" diffondono "DIVIDENDI" per tutti

19

LAVORI DI BASSA DIFFICOLTÀ	LAVORI DI MEDIA DIFFICOLTÀ	LAVORI PIÙ COMPLESSI
(operatori su macchine, impiegati)	(commessi, meccanici)	(agenti di assicurazione, account manager, avvocati, medici)
Individui superiori all'1% della distribuzione	Individui con capacità eccellenti	Individui nella media **VS** Individui con capacità eccellenti
rendimento **× 3**	rendimento **× 12**	rendimento **+127%**

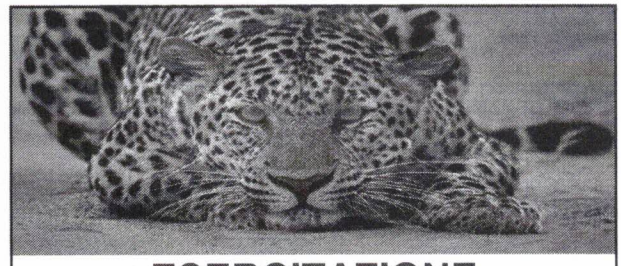
ABITUDINI
AUTOSTRADE NEURONALI



L'I. E. *"INSIEME DI COMPETENZE"*

PUO' SEMPRE ESSERE APPRESA!

LE ***NEUROSCIENZE*** CONFERMANO LA NEUROPLASTICITA' DEL CERVELLO



ESERCITAZIONE

Complessità

Comunicazione

22

S. P. E. C.

SITUAZIONE

PENSIERO

EMOZIONE

COMPORTAMENTO

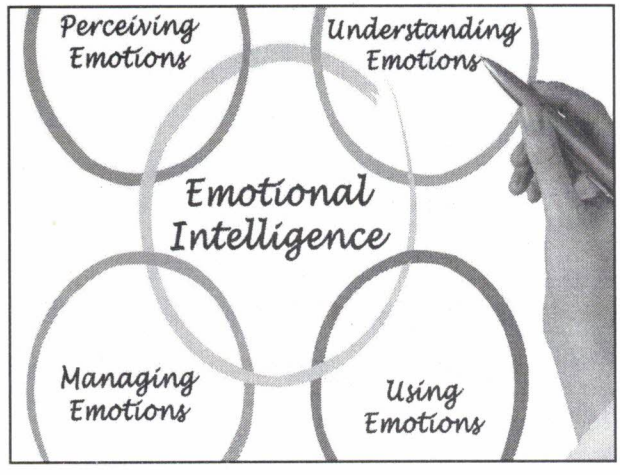
Tra Stimolo e Risposta REATTIVITA'

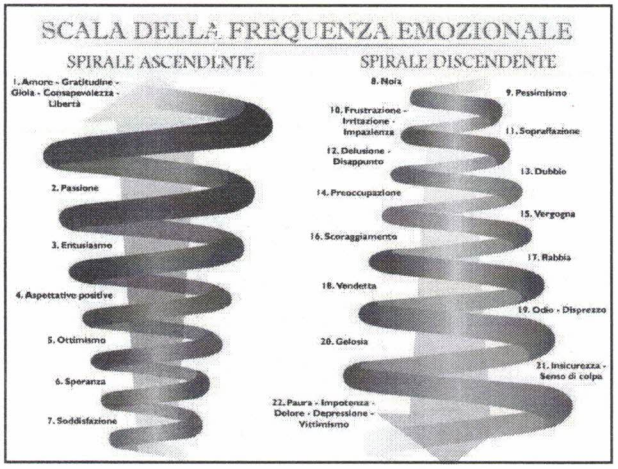
NOI: "SCELTA" PROATTIVITA'

STRATEGIE COPING

Fronteggiamento

23

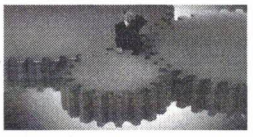




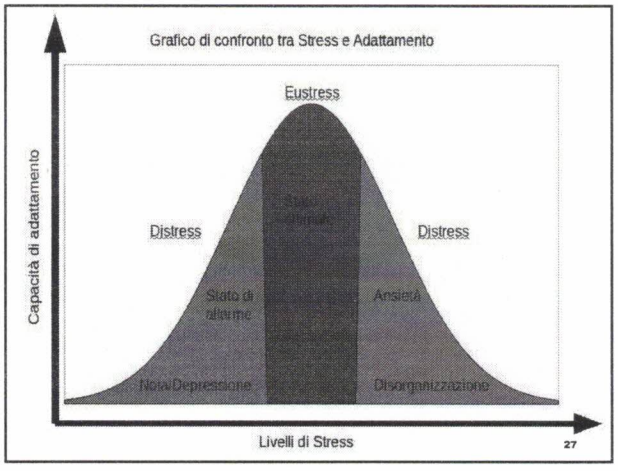
STRESS

Sale della vita
EU-Stress

Veleno mortale
DI-Stress



26



DEFINIZIONI O.M.S.

- ***La SALUTE è***

  .....

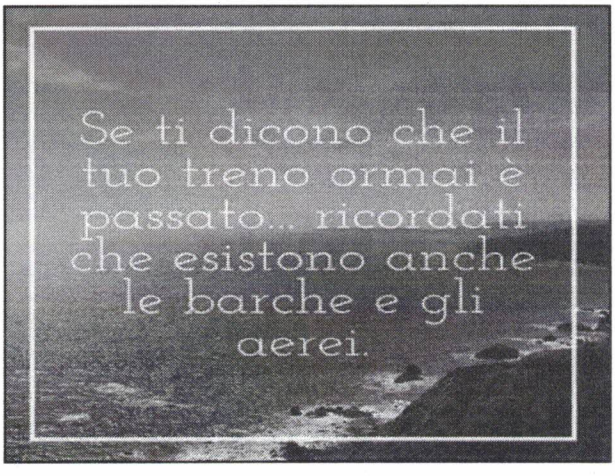
- ***Il BENESSERE è***

  .....

28

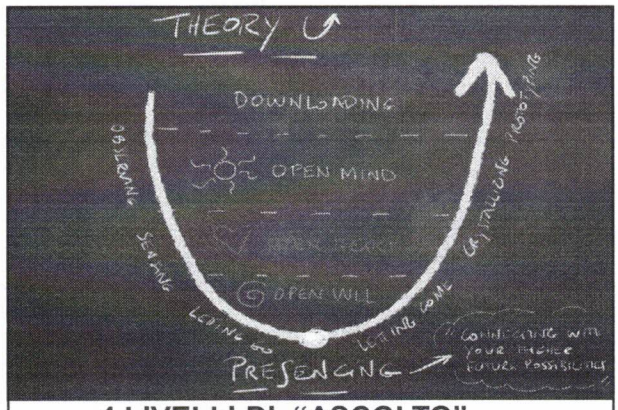
- ***BENESSERE*** **"uno stato mentale dinamico caratterizzato da una *adeguata armonia*** tra capacità, esigenze ed aspettative di un **individuo** ed **esigenze ed opportunità ambientali"** **(OMS,1986).**
- ***SALUTE*** **"uno stato di completo benessere fisico, mentale e sociale** *e non solamente l'assenza di malattie o infermità"* **(OMS,1993).**

29



EMPOWERMENT COMUNICAZIONE

IMPOTENZA <.....> POTERE 31



4 LIVELLI DI "ASCOLTO"

Il primo è **AUTOMATICO** (RICERCA SOLO ***CONFERME***)! 32

PRATICA "MIT BOSTON"

PROBLEMA SFIDA -> SOLUZIONE

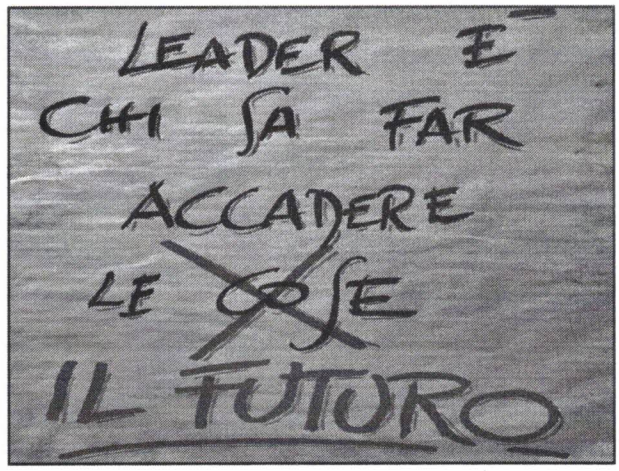
So-stare nel disagio

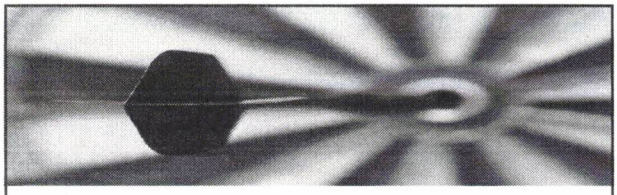
4 "LIVELLI DI ASCOLTO"

APERTURA... MENTE CUORE

VOLONTA' PRIMA DI AGIRE

MODELLO U 33





PRATICA ASCOLTO

RESPONSE - ABILITY

VIDEO **ALEX ROVIRA**

Autodeterminazione - Cambiamento

35

SEQUESTRO EMOZIONALE

Sequestro *Neurale*

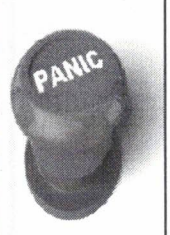
La Via Bassa

(Amigdala)

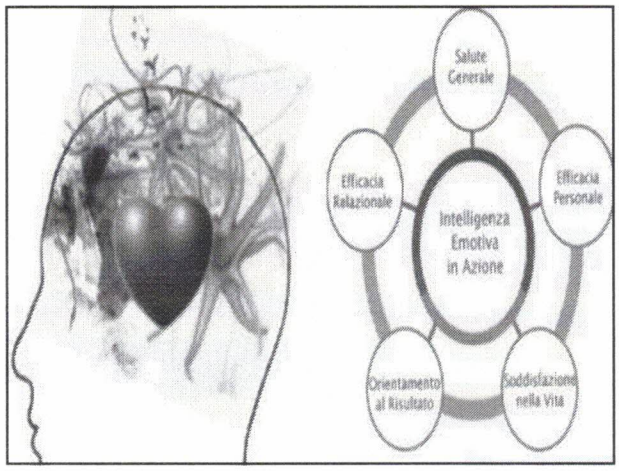
disattiva

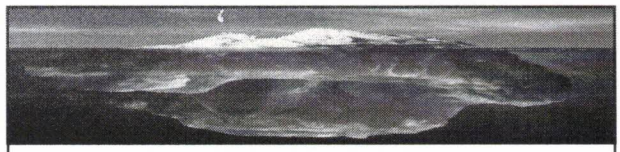
la Via Alta

(Neocorteccia)



VIDEO **DANIEL GOLEMAN** 36





CONSAPEVOLEZZA EMOZIONALE

COME MI SENTO ORA?

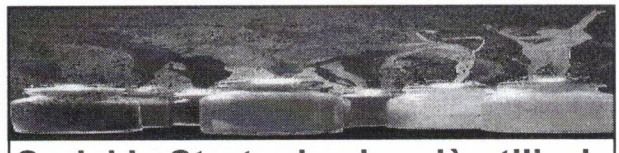
EMOZIONE – METAFORA/IMMAGINE

ENERGIA 0 .....5..... 10 COINVOLGIMENTO

- Sono in grado di… arrivare a 10?

- Sono in grado di… rimanerci?

39



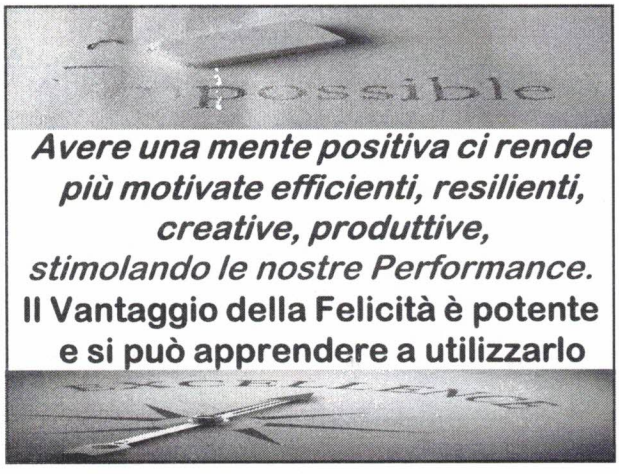
Scrivi le Strategie che già utilizzi per la tua Padronanza Personale

Gestione "Pensieri-Emozioni"

In presenza di: EMOZIONI *non funzionali* – Distruttive/ STANCHEZZA "Fisica - Psichica", DEMOTIVAZIONE

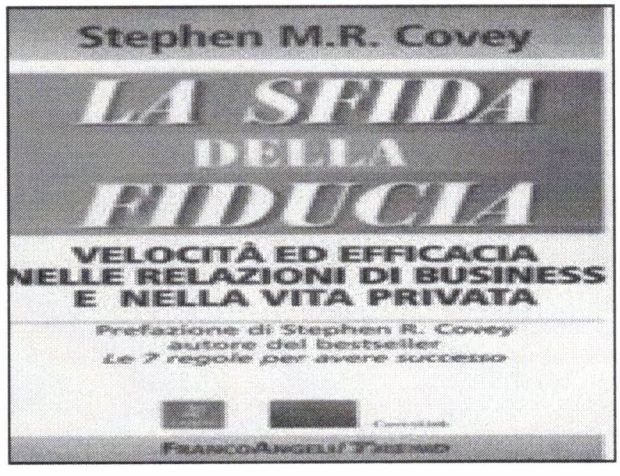
Sul lavoro L Fuori dal lavoro FL

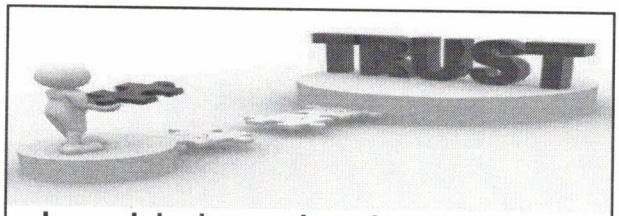
40



Avere una mente positiva ci rende più motivate efficienti, resilienti, creative, produttive, stimolando le nostre Performance.

Il Vantaggio della Felicità è potente e si può apprendere a utilizzarlo



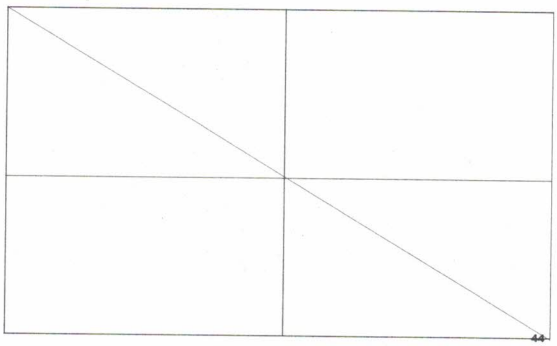


In qualsiasi organizzazione - contesto lavorativo/famiglia - **nulla è EFFICACE e PENETRANTE quanto la FIDUCIA**

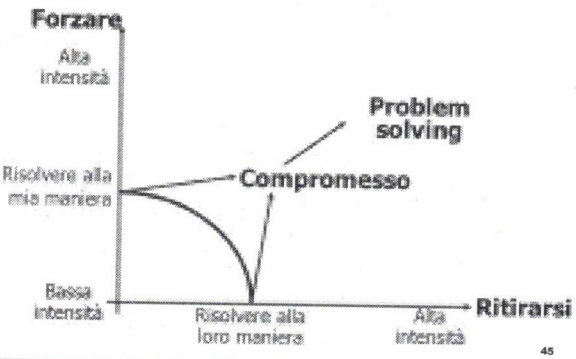
Capacità di creare, far crescere, trasmettere, ricostruire la Fiducia! Ruolo Comunicazione

"MAPPA COMUNICAZIONE"

RISPETTO - FIDUCIA



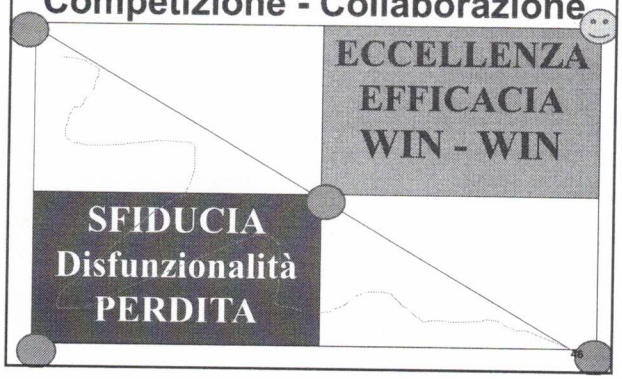
Aree di gestione del conflitto

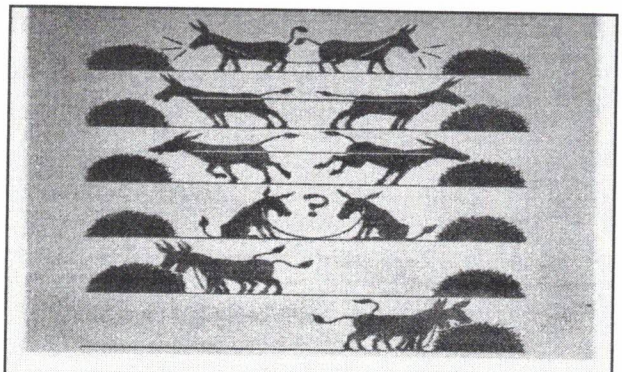


45

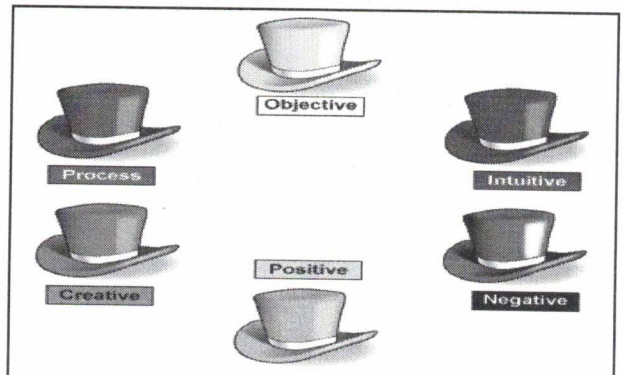
MODALITA' COMUNICATIVE

Competizione - Collaborazione





LA COOPERAZIONE È MEGLIO DEL CONFLITTO



COMPLEX PROBLEM SOLVING

STILI NEGOZIALI

Attenzione alle Mie Esigenze	Attenzione Esigenze Altro: BASSA	Attenzione Esigenze Altro: ALTA
ALTA	Vincere/ Perdere	VINCERE/ VINCERE Com. GENERATIVA COSTRUTTUVA
BASSA	Perdere/ Perdere Com. INEFFICACE DISFUNZIONALE	Perdere/ Vincere

49

COMUNICAZIONE

Io sono OK, Tu NON sei OK! "Aggressiva Autoritaria Manipolativa"	IO sono OK TU sei OK! "GENERATIVA" Collaborativa Costruttiva "Il conflitto come crescita"
Io NON sono OK, Tu NON sei OK! "Scarsa Violenta Distruttiva" Conflittualità "negativa"	Io NON sono OK, Tu sei OK! "Passiva Remissiva Rinunciataria"

50

Lavori prima Individuali e poi di Gruppo

IMPEGNO - WORK ENGAGEMENT

EU-STRESS 10 (opposto Burnout)

TRE DIMENSIONI "Prioritarie":

- ..... Tre parole chiave per ciascuna
- .....
- .....

51

ComunicazioneGenerativa

RICERCA ACCORDO ***IO-ALTRI***

WORK ENGAGEMENT EUSTRESS 10

RESPONSABILITA'Individuali

1 **CONTENUTO** (*OB. COMPITO/RICHIESTA*)

2 **RELAZIONE** (**far girare la parola**…)

3 **TEMPO** (10')

4 **SCRITTURA** (*REPORT CONDIVISO*)

MAPPATURA *LAVORO TEAM*

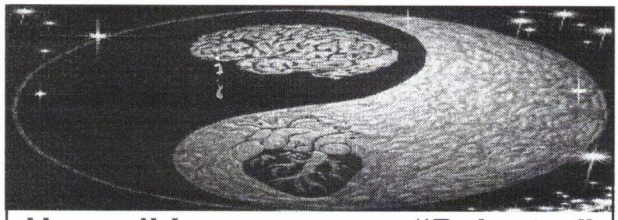
IMPEGNO – WORK-ENGAGEMENT

1. **VIGORE "Elevato Livello Energetico, Elasticità Mentale e Perseveranza"**
2. **DEDIZIONE "un insieme di sentimenti di *Entusiasmo, Ispirazione, Orgoglio* e *Sfida". Coinvolgimento affettivo* +**
3. **ASSORBIMENTO - FLUSSO *"uno stato" di Piena Concentrazione* e *Lucidità Mentale*, *quel fluire in cui* si *perde il senso del tempo*! Profonda Soddisfazione Interiore**

53

Dire che non hai tempo per migliorare la tua vita è come dire che non hai tempo per fermarti a far benzina perché sei troppo impegnato a guidare. Alla fine sarai comunque costretto a fermarti.

Robin Sharma



Usare il Lavoro come "Palestra"

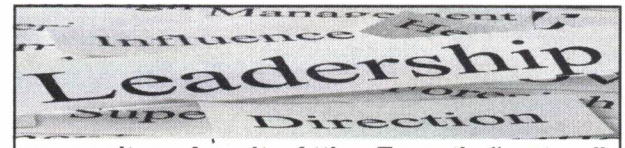
Valore Piccoli Passi

Impegno deliberato

SAPERE E NON FARE...

è come NON SAPERE!

55



sa ascoltare *Ascolto Attivo Empatia "matura"*

sa chiarire e definire concretamente (per sé e per l'altro) *Comunicazione Efficace*

sa *negoziare* obiettivi concreti, realistici e realizzabili per quel collaboratore, in quel contesto e nel rispetto dei limiti di realtà (tempi, risorse, costi) ***Comunicazione Generativa***

sa *fronteggiare le reazioni emotive* *Padronanza*

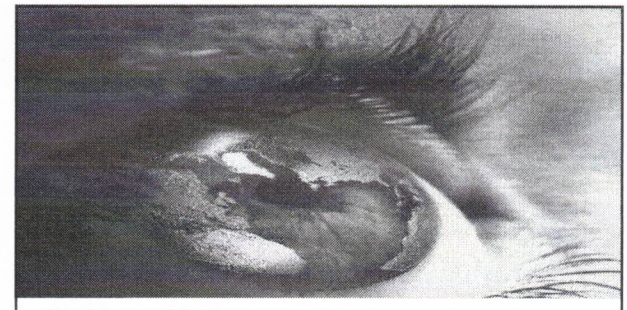
sa *ispirare, valorizzare, supportare Com. Gen.*

sa *decidere in situazioni complesse...*

56

Anche un viaggio di mille miglia,
inizia con un singolo passo
e ogni passo è già un traguardo

Tra il dire ed il fare c'è di mezzo ...
l'INIZIARE e ... il PERSEVERARE!



GRAZIE! BUON LAVORO

Enrica Brachi

E-mail: **enricabrachi@gmail.com**

58

"TEORIA U MIT Boston. *Collettivamente noi stiamo creando dei risultati che nessuno vorrebbe*"

Nel momento in cui riesci a far sì che un sistema percepisca e veda sé stesso,
la coscienza si sposta ad un livello più alto di consapevolezza
Spostare le persone da un atteggiamento dove il problema sono 'tutti questi idioti intorno a me'
verso una visione di un sistema che include il mio contributo alla situazione corrente.

Bisogna attraversare un processo in TRE STADI/LIVELLI:
1 **Osserva - Osserva - Osserva**, che in realtà significa *"uscire, sperimentare il sistema col quale hai a che fare dagli estremi, guardarlo ed osservarlo da angoli molto* diversi" e mentre fai questo, ti muovi nei luoghi di maggiore potenzialità che ti possono insegnare molto su come trovare risposte creative, data la situazione o le sfide che fronteggi.
2 **Ritirarsi e Riflettere** per permettere al "knowing" (sapere) interiore di emergere. *Andare nel luogo della quiete e accedere alle più profonde fonti dell'intuizione, sia individuale che come squadra, gruppo, sistema.* Da questo processo qualche idea e scintilla del futuro cominciano ad emergere, tu le esplori, "agendo in un istante", con rapidi cicli di prototipazione, muovendoti in un processo di ciclico veloce dove prototipi qualcosa di molto locale sufficiente per generare feedback da tutti i portatori di interessi (stakeholder) rilevanti. E col feedback ripeti, ripeti, ripeti.
3 **Livello di Sorgente - Presence.** E' *la qualità dell' attenzione e dell'intenzione e della presenza* che porto nella situazione. Questa è quella che fa la differenza. Questo tipo di processo funziona solo se tu intraprendi quel viaggio, ti impegni in un lavoro di leadership interiore. "*Il successo di un intervento dipende dallo stato interiore di colui che interviene*". Il successo di ciò che faccio come leader, come innovatore, come agente del cambiamento, dipende dal luogo interiore - dalla sorgente da cui sto operando. Quindi non è ciò che sto facendo, o non solo ciò che sto facendo (non è solo il come, il processo che sto applicando alla situazione), ma è la sorgente da cui sto operando.

La Teoria U non guarda solo al cosa e al come, ma rende visibile la dimensione sorgente da cui stiamo agendo come individui, squadre, organizzazioni e sistemi più ampi.

PROCESSO U: ***un lavoro di coltivazione interiore*** correlato all'aprire la mente, il cuore, e la forza di volontà.
Apertura Mentale: capacità di sospendere le nostre vecchie abitudini/giudizi... guardare con occhi "nuovi".
Apertura Cuore: la capacità di empatizzare, di ridirigere la nostra attenzione, guardare ad un problema non solo dalla mia angolazione, ma anche da quella degli altri portatori di interesse coinvolti.
Apertura Volontà: la capacità di lasciar andare il vecchio e lasciar venire le nuove possibilità emergenti.
Attraversare il "seeing" (vedere), il "sensing" (percepire) e "presencing" (sentire+esserci).

La Teoria U è sia una CORNICE/MODELLO, sia un METODO con una serie di STRUMENTI e PRATICHE che vi permettono di spostarvi da uno stato del campo sociale che sta agendo in modo *reattivo*, ad un altro *stato più generativo e co-creativo.*
Invece che vedere, c'è il "**Denying**" = *rifiuto di vedere*, c'è "**De-sensing**" al posto del percepire, (*ci rendiamo insensibili - anestetizzati*) ci svuotiamo di empatia. E poi c'è proprio "Absencing" (non sentire + non esserci) quando recidiamo la connessione verticale con il nostro Sé emergente.
CICLO "ABSENSING": **Ignoranza** (chiusura mente); **Avarizia e Mancanza Empatia** (chiusura cuore con alti muri fra noi e loro) e infine c'è la **Chiusura della Forza di Volontà**, quella paura che ci fa restare aggrappati alla realtà corrente, invece di lasciarci aprire al nuovo che vuole emergere.

Chi è il mio Me? ... La mia più elevata possibilità futura?
Qual è il mio Lavoro? ... Di quale futuro voglio essere parte proseguendo il mio viaggio?
PERCORSO di APPRENDIMENTO-AZIONE verso la concretizzazione della vostra potenzialità più elevata "che sentite possibile realizzare nella vostra vita e nel vostro lavoro".