

**Fimmtudaginn 24. september 8:30 – 12:00**

## Nýjar víddir í stjórnun

### **Hvernig geta stjórnendur nýtt sér tilfinningagreind og núvitund á sviði stjórnunar til að ná framúrskarandi árangri?**

Hvað er tilfinningagreind (emotional intelligence) og virka vitund (núvitund, árvekni, mindfulness) og hvaða áhrif hefur hún á þekkingaröflun, sköpunargleði, heilbrigði og árangur starfsmanna og fyrirtækis í heild.

#### **Fólk með háa tilfinningagreind og virka vitund**

- nær betri árangri, persónulega og í starfi.
- á auðveldara með að aðlagast að breytingum og hrífa aðra með sér.
- hefur meiri seiglu og þol til að komast í gegnum áföll og erfið verkefni þótt á móti blási
- sýnir betra jafnaðargeð, ávinnur sér traust og virðingu samstarfsaðila
- hefur meiri sköpunargleði og útgeislun
- eru góðir teymisstjórar, með framúrskarandi samskipafærni og gott tengslanet.

#### **Á námskeiðinu er fjallað um**

- Virka vitund (mindfulness)
- Óvirka vitund (mindlessness)
- Sjálfsvitund (self awareness)
- Sjálfstjórn (self management)
- Félagslega vitund (social awareness)
- Persónuleika; breytilegur eiginleiki eða fasti (personality and virtues, changable or fixed)
- Samskiptastjórnun (relationship management)
- Hvað er árvakur leiðtogi (mindful leaders)
- Kynja- og menningamun milli stjórnenda með háa tilfinningagreind.

#### **Ávinningur þinn:**

Kynnist aðferðum sem hægt er að beita til að auka sköpunargleði og almennan árangur í samskiptum og stjórnun.

Lærir um virka og óvirka vitund, hvaða aðferðum við getum beitt til að taka af sjálfstýringuna, sem við keyrum oftast á.

Öðlast skilning á þeim kröftum sem vinna með okkur og móti þegar við viljum ná betri árangri og minnka áhrif streitu, kvíða og þunglyndis.

Öðlast skilning á mismuninum milli stjórnanda og árvakrari leiðtoga.

**Fyrir hverja:** Stjórnendur sem vilja innleiða nýjar víddir í árangurríkri stjórnun.



**Leiðbeinandi:** Guðný Reimarsdóttir, framkvæmdastjóri Virkrar Vitundar ehf. er viðskiptafræðingur og hefur auk þess lokið MBA námi frá Háskóla Reykjavíkur.

**Verð:** kr. 9.900.- (kr. 4.590,- greitt úr Starfsmenntasjóðnum\*)

**Skráning:** [bjarnadis@atvinnurekendur.is](mailto:bjarnadis@atvinnurekendur.is)

**Tími:** Fimmtudaginn 24. september kl. 8:30 - 12:00 boðið er upp á léttan morgunverð áður enn að námskeiðið hefst)

**Staður:** Hús verslunarinnar, 9. hæð

**\*Þeir starfsmenn fyrirtækja sem eru í VR fá sjálfkrafa styrk úr Starfsmenntasjóði verslunarinnar þegar þeir sækja námskeið hjá Félagi atvinnurekenda ef stigaeign fyrirtækja er fyrir hendi.**