



EI EXPERT
Emotional Resources

Inteligencja emocjonalna

Oferta Treningu



...



...

Sprawiamy, że emocje pracują dla Ciebie.



eiexpert.pl

Dlaczego ta oferta

dotyczy Ciebie?



EI EXPERT
Emotional Resources



Z pewnością spotkałeś/łaś się w swojej firmie przynajmniej z jednym z tych **wyzwań** :

- wysoka **absencja**
- wysoka **rotacja**
- niska **efektywność** pracowników
- niska **motywacja**
- **konflikty** w zespołach

**Większość osób
podchodzi do tych
problemów ze złej
strony...**

Prawdopodobnie Ty lub Twoi pracownicy bierzecie udział w szkoleniach z umiejętności miękkich w nadziei, że to się poprawi.

Niestety, większość szkoleń kończy się ostatniego dnia szkolenia, a Ty jako przełożony/na widzisz znikome przełożenie inwestycji na faktyczne efekty. Dlaczego?

Ponieważ próbujecie naprawić **objawy**, a nie **przyczynę!**





Problemy z komunikacją tak naprawdę nigdy nie są o komunikacji.

Komunikacja jest tylko objawem tego, **jak myślimy**, jak bardzo jesteśmy **świadomi** naszych emocji, i jak bardzo potrafimy je **zintegrować** z naszym myśleniem, **wykorzystać** w działaniu, albo ewentualnie **zmienić**.

Widzisz? Wszystko zaczyna się od **emocji**. Wszystko, co dzieje się na poziomie zachowania i obserwowalnych wyników pracy zaczyna się **w głowie**.

Dobre **zarządzanie** wymaga dobrych **danych**, sprawnego mechanizmu ich **analizy** oraz algorytmu, co dalej z tymi danymi **zrobić**.

Właśnie tak rozumieją **inteligencję emocjonalną** wpływowi myśliciele: J. Mayer i P. Salovey (1990, 1997).

Każda z tych zdolności posiada dwa wymiary: rozpoznawanie i zarządzanie **emocjami** (1) **własnymi** oraz (2) **innymi ludźmi**.



Salovey, P., & Mayer, J.D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition, and Personality*, 9(3), 185-211.

Mayer, J.D., & Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? In P. Salovey & D. Sluyter (Eds.), *Emotional development and emotional intelligence: Educational implications* (pp. 3-31). Basic Books.

BADANIA

mówią jasno:



EI EXPERT
Emotional Resources

Liderzy o wysokiej inteligencji emocjonalnej lepiej **zarządzają emocjami** swojego zespołu, co prowadzi do zwiększenia **motywacji** i **produktywności**. Ich wpływ sprzyja także większej **innovacyjności** i skuteczniejszemu **rozwiązywaniu problemów**.

(Gardner & Stough, 2002)



Firmy, które inwestują w rozwój inteligencji emocjonalnej, osiągają lepsze wyniki w zakresie **lojalności klientów**, **zaangażowania pracowników** i **innovacyjności**. Te firmy odnotowują wyższą **produktywność** i lepsze **wyniki finansowe** niż te, które nie inwestują w inteligencję emocjonalną.
(Harvard Business Review, 2021)

Organizacje o wyższej IE u pracowników odnotowują wyższą **rentowność**, **produktywność**, **dobrostan** pracowników, **zadowolenie** z pracy, a także **lojalność** pracowników i klientów oraz **mniejszą rotację**, **absencję** i **kradzieże**.

(PrismHR, 2020; Wickham, 2020)



NASZE rozwiązanie:



Opracowaliśmy **autorski program rozwojowy**, który koncentruje się na wzmacnianiu każdej z czterech składowych inteligencji emocjonalnej.

Navigator emocji:

12 spotkań online,
x 1h30

kameralne grupy
(max. 4 osoby)

2 trenerów, doktorów
psychologii

100+ stron ćwiczeń
na kartach PDF

w cenie **indywidualna** diagnoza inteligencji
emocjonalnej z użyciem psychometrycznego
testu (nie mylić z kwestionariuszem!)



POZNAJ SZCZEGÓŁY



TWOJE










korzyści:



EI EXPERT
Emotional Resources

W wyniku **treningu inteligencji emocjonalnej** Twoi pracownicy i Twoje pracownice zdobędą właśnie te **umiejętności**:



-  **Zwiększona samoświadomość:** Lepiej zrozumieją swoje własne emocje, co doprowadzi do lepszej samoregulacji i podejmowania decyzji.
-  **Zwiększona empatia:** Będą w stanie lepiej rozpoznać i zrozumieć emocje innych osób, co poprawi ich komunikatywność i dynamikę zespołu.
-  **Lepsze radzenie sobie ze stresem:** Będą w stanie wychwycić w locie emocjonalne “podpalacze”, i dzięki temu świadomie wybrać najlepszą reakcję.
-  **Zwiększona motywacja:** Nauczą się zarządzać energią płynącą z emocji w taki sposób, aby nie tracić jej bez sensu, a inwestować tam, gdzie się opłaca.
-  **Lepsze relacje:** Lepiej poradzą sobie z emocjami w sytuacjach społecznych, poprawiając współpracę z innymi osobami w zespole, całej organizacji i poza nią.
-  **Lepsze rozwiązywanie konfliktów:** Będą w stanie nawigować i rozwiązywać konflikty z poszanowaniem praw i potrzeb wszystkich zaangażowanych stron.
-  **Skuteczne przywództwo:** Będą inspirować i wpływać na innych poprzez skuteczne zarządzanie emocjami, lepsze zrozumienie potrzeb swojego zespołu oraz pogodzenie ich z celami projektu.
-  **Lepsze podejmowanie decyzji:** Będą podejmować bardziej zrównoważone decyzje, umiając pewnym emocjom nadać, a innym odjąć odpowiednią wagę.
-  **Większa elastyczność:** Będą skutecznie adaptować się do zmian, adekwatnie zarządzając emocjami w sytuacjach pod presją lub niepewności.
-  **Zwiększona odporność:** Zamiast tłumić i wypierać trudne emocje, nauczą się je “trawić”, wyciągając z nich ważne informacje, jednocześnie redukując nadmiar niekorzystnego napięcia fizjologicznego.



DLACZEGO

my?



EI EXPERT
Emotional Resources



Dr. Marta Szewczyk

Zawsze wiedziałam, że chcę zostać psychologiem. Fascynację ludzkim umysłem rozwijałam w Instytucie Psychologii KUL (Polska), gdzie uzyskałam tytuł **doktora**, na Uniwersytecie w Lyonie (Francja) oraz na Uniwersytecie Ludwiga Maximiliana w Monachium (Niemcy).

Od 2013 roku szkole **profesjonalistów, organizacje, zespoły** i osoby indywidualne. Łączę głęboką **emпатиę** z analitycznym, **naukowym** podejściem. Jestem bardzo **wrażliwa**, ale także bardzo **skuteczna**, potrafię zarówno głęboko odczuwać, jak i krytycznie oceniać sytuację.

Współtworzę EI Expert z moim mężem, Rafałem. Często patrzymy na rzeczy z różnych perspektyw, co pomaga nam opracowywać bardziej obiektywne rozwiązania. Ta siła pozwala nam uwalniać emocjonalny potencjał pracowników i wspierać ich rozwój.

To co, działamy razem?



Pierwsze projekty **naukowo-biznesowe** rozpocząłem jeszcze w czasie studiów, zdobywając 3. miejsce i Nagrodę Prezydenta Wrocławia w Konkursie 'Innowacyjna Firma' (WCTT i Politechnika Wroclawska). **Zarządzałem projektami** naukowymi finansowanymi przez **Ministerstwo Nauki i Szkolnictwa Wyższego** oraz **Ministerstwo Zdrowia**, a także brałem udział w kilku projektach badawczych finansowanych przez **Narodowe Centrum Nauki**.

Pracowałem nad projektami dotyczącymi **dobrostanu pracowników** dla wielu **międzynarodowych firm i zespołów** oraz **współtworzyłem** pierwszy polski **program treningu poznawczego** dla osób z uzależnieniami.

Jeśli jesteś sceptykiem, który nie zadowolona się mglistymi obietnicami, witaj w klubie! Pokażę Ci, jak **praktyczne i konkretne** mogą być tzw. **'umiejętności miękkie'**, kiedy spojrzysz na nie przez naukowy pryzmat inteligencji emocjonalnej.



Dr. Rafał Szewczyk



ONI JUŻ NAM
zaufali:



BAUSCH Health



Mercedes-Benz



Boehringer
Ingelheim

FORMATIX
SZKOLENIA

X-KOM



LOTTE
E. Wedel
OD 1851

CA EFL
GRUPA CRÉDIT AGRICOLE

...

ZOBACZ, CO DAJE NASZA

metodologia:



EI EXPERT
Emotional Resources

Jan (imię zmienione) zgłosił się do nas z zamiarem odbycia treningu oraz zdiagnozowania swojej inteligencji emocjonalnej. W pierwszym kontakcie przyznał, że najprawdopodobniej powinien popracować nad **empatią**, ponieważ otrzymał feedback, że jest bardzo **skoncentrowany na efektywności**, a z perspektywy jego funkcjonowania z innymi ludźmi w firmie warto by było, gdyby zwiększył swoją **koncentrację na ludziach i relacjach**.

Ku naszemu wspólnemu zdziwieniu **test TIE*** pokazał, że oba komponenty empatii – zarówno emocjonalny (**PERCEPCJA** emocji) jak i kognitywny (**ROZUMIENIE** emocji) są u Marcina bardzo dobrze rozwinięte!

TIE pokazał też, że hamulcem wykorzystania tego potencjału u Marcina jest średni poziom **ASYMILACJI**. Marcin jest bardzo wymagający wobec siebie, co przekłada się na jego wysokie oczekiwania wobec członków jego zespołu. Asymilacja jest o tym, jak dobrze wykorzystujemy emocje, do których mamy dostęp dzięki percepcji i rozumieniu. W ramach treningu z Marcinem **planujemy się zatem skupić na poszerzeniu tego wąskiego gardła potencjału emocjonalno-intelektualnego**.

W trakcie spotkań Marcin nie tylko poprawi swoje rozpoznawanie emocji, ale przede wszystkim zoptymalizuje wykorzystanie energii płynącej z emocji. On i jego zespół staną się **bardziej efektywni** przy **mniejszym wysiłku**. Tak – w emocjach też jest to możliwe! Wymaga to utworzenia nowych schematów **myślenia** oraz praktyki nowych technik **zarządzania emocjami**. Mamy na to sprawdzone sposoby i zobowiązujemy się zrealizować ten cel w ciągu **12 tygodni**.

Profil inteligencji emocjonalnej Jana

MAESTRO EMOCJI



WYNIK GLOBALNY



WYSOKI 8/10

Składa się on z następujących podskal:



PERCEPCJA EMOCJI



PODWYŻSZONY 7/10



ROZUMIENIE EMOCJI



WYSOKI 10/10



ASYMILACJA EMOCJI



ŚREDNI 5/10



ZARZĄDZANIE EMOCJAMI



WYSOKI 8/10

*Raport oparty jest na psychometrycznym teście **TIE** autorstwa prof. dr hab. M. Śmieji i prof. J. Orzechowskiego.

TEŚCIE >>>

NIKT NIE POWIE TEGO LEPIEJ NIŻ

zadowoleni klienci:



Dr Marta i dr Rafał Szewczyk prowadzili kurs z najwyższym poziomem profesjonalizmu. Ich ekspertyza była widoczna w przemyślany sposób, w jaki zaplanowano kurs, oraz w wartościowych spostrzeżeniach, które otrzymaliśmy. Szczególnie korzystne były sesje, które pomogły mi rozpoznać własne emocje i pracować z nimi, a nie przeciwko nim. Kurs pomógł mi również w rozwijaniu relacji zarówno w domu, jak i w pracy z moimi współpracownikami. Było to szczególnie cenne, ponieważ moja rola obejmuje prowadzenie zespołu kilkudziesięciu osób w środowisku edukacyjnym w sektorze opieki zdrowotnej.

dr Kacper Sumera
Kierownik ds. Edukacji, NHS England
Ratownik medyczny

Wysoki poziom profesjonalizmu, doświadczenie oraz spersonalizowane podejście do każdego uczestnika. Przekazywana wiedza na temat inteligencji emocjonalnej oparta jest na faktach i badaniach, które z powodzeniem można zastosować zarówno w rozwoju osobistym, jak i biznesowym. Gorąco polecam.

Joanna Brejta-Maciocha
Dyrektorka HR Decathlon Polska

Gorąco polecam! Przez kilka tygodni uczestniczyłem w kursie 'Emocjonalny Nawigator'. Dzięki aktywnemu uczestnictwu w szkoleniu potrafię teraz rozpoznawać, nazywać i regulować szeroki zakres emocji. Przedstawione treści są ważne, przydatne i przekazywane w angażujący sposób. Po szkoleniu widzę, jak krok po kroku poprawiają się moje relacje osobiste i zawodowe. Marta i Rafał dzielą się swoją ogromną wiedzą, empatią i doświadczeniem w absolutnie przystępny i inteligentny sposób. Zdecydowanie warto wziąć udział w kursie 'Emocjonalny Nawigator'.

Marek Czeżyk
fotograf, edukator, wychowawca

Trening IE zorganizowany przez EI Expert był punktem zwrotnym w moim rozwoju osobistym i zawodowym. Pasja Marty i Rafała do inteligencji emocjonalnej była zaraźliwa, a atmosfera, którą stworzyli, sprzyjała otwartej komunikacji i wzajemnemu wsparciu. Największym wyzwaniem dla mnie było nauczenie się uważności i głębokiej refleksji. Dzięki regularnej praktyce udało mi się rozwinąć te umiejętności i zyskać większą samoświadomość. (...) W mojej pracy zawodowej przełożyło się to na większą efektywność, lepszą komunikację i umiejętność budowania bardziej satysfakcjonujących relacji. Z całego serca polecam to szkolenie każdemu, kto chce wyruszyć w podróż odkrywania siebie i rozwijać swoją inteligencję emocjonalną.

Ewa Bartoszevska
Trenerka w Arla Foods | Lean, zarządzanie,
optymalizacja, audyt, automatyzacja

Jeśli zastanawiasz się, czy dołączyć do Nawigatora - nie wahaj się, po prostu zapisz się i doświadczyć, jak bardzo rozszerzy się Twoja perspektywa na relacje z innymi, proces podejmowania decyzji oraz świadomość, jak te czynniki kształtują Twoje życie osobiste i zawodowe. Marta i Rafał Szewczyk prowadzą sesje, łącząc doskonałą wiedzę z luźną atmosferą, skupiając się na potrzebach uczestników. Dodatkowo otrzymujesz pełen zestaw narzędzi, który pozwala kontynuować pracę nad sobą nawet po zakończeniu Nawigatora. Dziękuję, że robicie to, co robicie, i pomagacie nam poruszać się po tym często splątanym świecie emocji, które wszyscy w sobie nosimy.

Dariusz Figura
Trener, manager, edukator, animator
kultury, działacz NGO



JESTEŚ GOTOWY/A NA TO, ŻEBYŚMY TWOICH LUDZI
POPROWADZILI DO

sukcesu?

KORZYSTAM!



W razie jakichkolwiek pytań,
z przyjemnością pomożemy!



EI EXPERT
Emotional Resources

☉ **+48 514 722 090**

☉ **<https://eiexpert.pl>**

☉ Neurostimulus Sp. z o. o.

ul. Kręta 2/4

20-341 Lublin, POLSKA

NIP: 9462683937

