



# Гибкость мышления

Практический курс  
с получением сертификата  
Академии бизнеса EY

**Тренинг раскрывает понятие когнитивной гибкости и как ее развитие влияет на качество принимаемых решений, дает инструменты для работы со скрытыми убеждениями и неосознанной предвзятостью**

**1 день  
8 академ. часов  
6 CPD-единиц  
7 CPE-часов**

## ВАМ ЭТО ЗНАКОМО?



- ▶ Вам сложно изменить свои планы и поведение, если поступила новая информация или изменилась текущая ситуация?
- ▶ Переключаясь между задачами или делами, всегда приходится возвращаться назад?
- ▶ Непросто понять точку зрения других людей и учитывать другие способы мышления, ценности, идеи, убеждения?
- ▶ Принимая решения, не всегда просто поставить себя на место другого и достичь общих договоренностей?

## ХОТИТЕ ТАКОЙ РЕЗУЛЬТАТ?



- ▶ Развить один из 10 ключевых навыков будущего для построения успешной карьеры и бизнеса
- ▶ Использовать когнитивную гибкость для принятия объективных решений в любой профессиональной деятельности, человеческих взаимоотношениях и повседневной жизни
- ▶ Повысить осознанность о влиянии скрытых убеждений, неосознанной предвзятости и стереотипов на личные и профессиональные решения
- ▶ Научиться выявлять скрытые убеждения для более эффективных решений
- ▶ Узнать свой стиль мышления и определить, какие еще стили существуют
- ▶ Получить эффективные и простые в применении техники развития когнитивной гибкости и нейропластичности.



## ДЛЯ КОГО ЭТОТ ТРЕНИНГ

- ▶ Руководители и лидеры
- ▶ Профессионалы всех уровней и областей бизнеса
- ▶ Владельцы бизнеса и предприниматели

## КАКОЕ РЕШЕНИЕ МЫ ПРЕДЛАГАЕМ?



- ▶ Безопасная площадка для работы с личными скрытыми убеждениями и стереотипами
- ▶ Инструменты и технологии для развития когнитивной гибкости
- ▶ Комбинация различных форм обучения: самоанализ, групповая работа, дискуссии, анализ видеоматериалов, тесты
- ▶ Инструменты диагностики уровня когнитивной гибкости, наличия стереотипов и определения стилей мышления
- ▶ Профессиональные рекомендации от тренера-эксперта

## ФОРМАТЫ УЧАСТИЯ



### Открытый формат

В открытом формате обучение проводится по расписанию в Академии бизнеса EY с 9.30 до 16.30.

### Корпоративный формат

Программа может быть адаптирована и проводится специально для Вашей компании:

- ▶ Предварительный анализ потребностей в обучении, определение целей и задач
- ▶ Гибкий подход к выбору места, сроков и времени проведения тренингов
- ▶ Адаптация тренинга с учетом отраслевой специфики
- ▶ Отчет о результатах обучения по запросу клиента

## ПРОГРАММА ТРЕНИНГА



### Что такое когнитивная гибкость?

- ▶ Определение и нейрофизиология когнитивной гибкости
- ▶ Какие навыки включает в себя когнитивная гибкость
- ▶ Как проявляется, где используется и зачем развивать когнитивную гибкость?
- ▶ Практика когнитивной гибкости: тест Струпа и Висконсинский тест

### Скрытые убеждения и их влияние на решения

- ▶ Что такое скрытые убеждения, как они возникают, как и когда проявляются и на что влияют?
- ▶ Стереотипы и неосознанная предвзятость: как определить и как снизить их влияние
- ▶ Ограничивающие убеждения. Природа их возникновения.

**Диагностика скрытых убеждений и стереотипов. Работа по поиску и изменению ограничивающих убеждений**

### Стили мышления и когнитивная гибкость:

- ▶ Классификация стилей мышления
- ▶ Как проявляются различия в стилях мышления и на что они влияют

**Опросник на определение своего стиля мышления. Бизнес-кейс на развитие навыка определения и подстройки под стиль мышления собеседника**

### Развитие когнитивной гибкости

- ▶ Нейропластичность как основа когнитивной гибкости
- ▶ Как развивать нейропластичность
- ▶ Техники, практики и инструменты развития когнитивной гибкости

**Составление индивидуального плана развития когнитивной гибкости**

## ПОЧЕМУ АКАДЕМИЯ БИЗНЕСА EY?



- ▶ В Академии бизнеса EY мы более 20 лет обучаем лучшим практикам проведения презентаций сотрудников EY в разных странах мира: от консультантов до руководителей
- ▶ Премии Trainings'2017, 2015 и 2014 в номинациях «Территория включенности», «Компания года» и «Корпоративный университет»
- ▶ Тренеры Академии сертифицированы на применение инструмента DISC®
- ▶ Академия - эксклюзивный провайдер инструмента MBTI®
- ▶ Обучение в Академии бизнеса EY позволяет получить часы обязательного повышения квалификации для обладателей ACCA, CPA, CMA, CFM, CIA, PMI

## СВЯЖИТЕСЬ С НАМИ,

чтобы узнать стоимость сессии и подать заявку.

Посмотреть контакты и заказать обратный звонок:

<http://bit.ly/contactEY>