



Fundusze Europejskie
dla Rozwoju Społecznego



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



TRANSFER
HUB

Innowacja została opracowana w Inkubatorze TransferHUB, www.transferhub.pl

O PROJEKCIE I O NAS | transkrypcja video

SERIA: Rozkoduj emocje. Klucz lidera do neuroróżnorodności

AUTORKI: Joanna Kucharska, Maja Wyborska

PROGRAM: Inkubator Transfer Hub (Fundusze Europejskie dla Rozwoju Społecznego, Rzeczpospolita Polska, Dofinansowanie przez Unię Europejską).

Spis treści

O PROJEKCIE I O NAS TRANSKRYPCJA VIDEO	1
ATOM 1: O PROJEKCIE	1
Emocje to informacja, nie przeszkoda W takim formacie jak powyżej oznaczamy treści planszy, które pokazujemy w filmie.	2
Różnimy się - i to ma znaczenie	2
Zrozumienie daje nam spokój. Spokój daje nam skuteczność.	2
ATOM 2: O NAS	2
ATOM 2A: MAJA WYBORSKA	2
ATOM 2B: JOANNA KUCHARSKA	3
Autentyczność to siła, nie słabość	3
ATOM 3. TWOJA INTENCJA	3
Twoja intencja ma znaczenie	3
METRYCZKA	4

ATOM 1: O PROJEKCIE

Cześć. Dobrze, że tu jesteś.

Stworzyliśmy program „Rozkoduj emocje – klucz lidera do (neuro)różnorodności”, bo widzimy, jak bardzo współczesna praca potrzebuje lepszego rozumienia tego, co dzieje się w ludziach - nie tylko na poziomie zachowań, ale też emocji i układu nerwowego.

Nie tylko po to, żeby „lepiej się czuć”. Także po to, żeby działać mądrzej - podejmować lepsze decyzje, komunikować się spokojniej i lepiej radzić sobie ze zmianą.

Innowacja została opracowana w Inkubatorze TransferHUB, www.transferhub.pl

Emocje to informacja, nie przeszkoda

W takim formacie jak powyżej oznaczamy treści planszy, które pokazujemy w filmie.

Pracując z zespołami przez lata, widziałyśmy jedno bardzo wyraźnie: ludzie różnią się sposobem myślenia, tempem pracy, reagowaniem na stres i przeżywaniem emocji.

I sama ta różnica nigdy nie była problemem.

Problem zaczynał się wtedy, gdy te różnice były błędnie interpretowane - albo w ogóle nienazwane.

Różnimy się - i to ma znaczenie

Kiedy lider zaczyna rozumieć, co stoi za emocją, dzieje się coś ważnego: napięcie opada, chaos się zmniejsza, a współpraca staje się prostsza.

Emocje przestają przeszkadzać. Zaczynają być informacją.

A z informacją można pracować. Można ją zauważać, zrozumieć i wykorzystać.

Zrozumienie daje nam spokój. Spokój daje nam skuteczność.

ATOM 2: O NAS

ATOM 2A: MAJA WYBORSKA

Jestem Maja Wyborska - certyfikowana trenerka NVC, facylitatorka biznesowa, edukatorka neurobiologii interpersonalnej i certyfikowana praktyczka Resonant Healing. Od wielu lat wspieram liderów i zespoły w budowaniu kultury współpracy, zaufania i innowacji.

Pracując w międzynarodowych organizacjach, zobaczyłam, jak bardzo potrzebujemy nie tylko narzędzi, ale zrozumienia własnej neurobiologii.

Lider, który rozumie siebie, rozumie też zespół.

Jestem współautorką książki „Zamiast przemawiać, zacznij rozmawiać” i współtwórczynią Maratonu Empatii. Projektuję procesy rozwojowe, które pomagają

Innowacja została opracowana w Inkubatorze TransferHUB, www.transferhub.pl

liderom budować bezpieczeństwo psychologiczne i środowisko przyjazne neuroróżnorodności.

W swojej pracy widzę, że same techniki nie wystarczają. Potrzebne jest zrozumienie tego, jak działa mózg, ciało i emocje w codziennych relacjach.

ATOM 2B: JOANNA KUCHARSKA

Jestem Joanna Kucharska - od kilkunastu lat pracuję na styku HR, komunikacji i rozwoju ludzi. Moja droga była pełna sukcesów, ale też intensywnych momentów, w których brakowało przestrzeni na refleksję i autentyczność.

Zrozumiałam, że dopiero kiedy wróciłam do swoich emocji, wartości i potrzeb, moje działania stały się spokojniejsze i bardziej spójne. Do dziś powtarzam sobie to, co widzicie na planszy, że:

Autentyczność to siła, nie słabość

Dzisiaj wspieram liderów i zespoły w rozumieniu siebie nawzajem, a także w różnorodności tej - kompetencyjnej, osobowościowej i neurokognitywnej.

Jestem przekonana, że współczesny zespół nie potrzebuje twardszego zarządzania, tylko mądrzejszej empatii i jasności.

To właśnie z połączenia tych dwóch perspektyw - biznesowej i neurobiologicznej - powstał ten program.

ATOM 3. TWOJA INTENCJA

Zanim przejdziesz dalej, zatrzymaj się na chwilę.

- Z jaką intencją tu jesteś?
- Czy chcesz lepiej zrozumieć siebie?
- Swoją zespół?
- Emocje, które Cię zaskakują?
- A może różnice, które trudno nazwać?

Twoja intencja ma znaczenie

Warto to sobie nazwać już teraz.



Fundusze Europejskie
dla Rozwoju Społecznego



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



TRANSFER
HUB

Innowacja została opracowana w Inkubatorze TransferHUB, www.transferhub.pl

Bo intencja będzie Ci pomagała wybierać to, co z tego programu jest dla Ciebie naprawdę ważne.

To będzie Twój kompas w tym programie.

METRYCZKA

Materiał video: O projekcie i o nas.

Autorki: Maja Wyborska, Joanna Kucharska

Licencja: Creative Commons CC BY 4.0 (pełna treść licencji dostępna na: creativecommons.org)

Produkt powstał w ramach projektu TransferHUB – Inkubator innowacji społecznych w obszarze zatrudnienia (transferhub.pl)