

# Emoční inteligence českých manažerů

## ABSTRAKT



Bakalářská práce se zabývá emoční inteligencí českých manažerů. Práce je rozdělena do dvou částí. Teoretická část poskytuje ucelený pohled na lidské emoce, fungování lidského mozku ve spojitosti s emocemi a v neposlední řadě se zabývá dopadem emoční inteligence na práci manažera. Praktická část se poté na základě provedeného výzkumu emoční inteligence prostřednictvím testu emoční inteligence a MBTI zabývá vyhodnocením výsledků obou testů. Cílem práce je sestavit rozvojový program vedoucí ke zlepšení emoční inteligence. Na základě sestaveného rozvojového programu obsahujícího konkrétní cvičení jsou navrženy individuální rozvojové plány pro konkrétní manažery zaměřené na rozvoj jejich nejslabší dovednosti emoční inteligence na základě výsledků testu. Následování těchto rozvojových plánů daným manažerům pomůže zlepšit část kompetencí potřebných k úspěšnému vykonávání profese manažera.

## ABSTRACT



This bachelor thesis is focusing on emotional intelligence of czech managers. The thesis is divided into two parts. The theoretical part provides comprehensive view on people's emotions, functioning of the brain in connection with emotions and the last but not least, it deals with the impact of emotional intelligence on the work of the manager. The practical part is based on the research of emotional intelligence through emotional intelligence and MBTI tests. The main goal of this bachelor thesis is to make a development program to improve emotional intelligence. Based on this development program, which contains specific exercise, there are arranged individual development plans for concrete managers focused on development of their weakest skill of emotional intelligence according to results of tests. Following these development plans will help managers to improve the part of the competencies which are required to successfully perform the manager's profession.

## BAKALÁŘSKÁ PRÁCE ŘEČÍ ČÍSEL...

# 20

Výsledků testů emoční inteligence a MBTI od manažerů

# 28

Cvičení v rozvojovém programu pro zlepšení emoční inteligence

# 3

Individuální plány rozvoje emoční inteligence pro konkrétní manažery

## CÍL PRÁCE



Cílem bakalářské práce je porovnat emoční inteligenci českých manažerů a na základě výsledků navrhnout rozvojový program pro zlepšení dovedností souvisejících s celkovým zvýšením emoční inteligence.

## #KlíčováSlova

#EmočníInteligence  
#Emoce  
#Management  
#Manažer

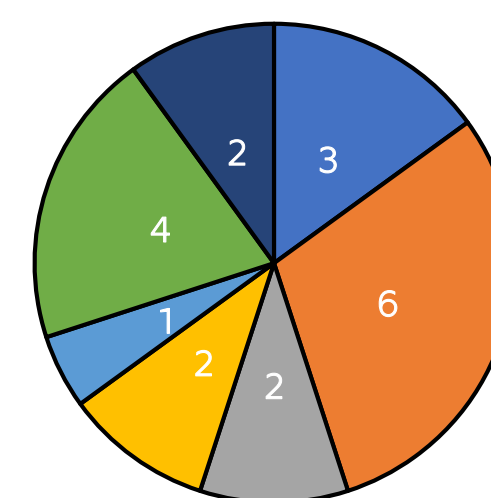
## #KeyWords

#EmotionalIntelligence  
#Emotions  
#Management  
#Manager



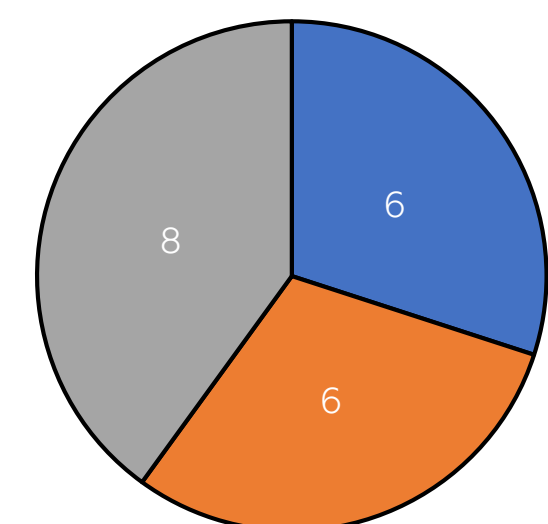
## RESPONDENTI = MANAŽEŘI

Respondenti podle oblasti profesního působení



■ Marketing a obchod  
■ HR  
■ Zemědělství  
■ IT  
■ Výroba a průmysl  
■ Finance

Respondenti podle počtu věkových kategorií



■ 20-29 ■ 30-49 ■ 50+

## 4 DOVEDNOSTI EMOČNÍ INTELIGENCE



### SEBEUVĚDOMĚNÍ

- schopnost přesně vnímat a rozpoznávat Vaše emoce a nálady
- lidé, kteří své emoce znají, chápou, co dělají dobře, co je motivuje, uspokojuje a kteří lidé a situace je dokážou vyvést z míry



### SEBEOVLÁDÁNÍ

- schopnost mít své emocionální reakce pod kontrolou
- lidé, kteří dobře ovládají tuto schopnost nejdříve přemýšlí, než něco řeknou, tolik se nepotýkají s nekontrolovatelným rozčilením či pocity úzkosti a podrážděnosti



### EMPATIE

- schopnost vnímání a rozpoznání emocí druhých lidí
- empatický člověk dokáže skrze kvalitní naslouchání a pozorování pochopit, co se „uvnitř“ ostatních děje i ve chvílích, kdy sám má odlišný pocit



### ŘÍZENÍ VZTAHŮ

- dovednost propojující první 3 pilíře emoční inteligence
- lidé, kteří dobře zvládají vztahy, jsou schopni vnímat výhody sdružování s různými lidmi, spolupráce s ostatními se jim zpravidla velmi dobře daří