

MLP

Mindful Leadership Program Chương Trình Lãnh Đạo Tỉnh Thức

Dựa trên nghiên cứu chuyên sâu của Harvard Business Review trong hai năm với trên 35,000 lãnh đạo tại hàng ngàn doanh nghiệp trên 100 quốc gia, Chương trình "**Lãnh đạo Tỉnh thức/ Mindful Leadership Program**" (MLP) ra đời nhằm giúp các nhà lãnh đạo ở mọi cấp độ phát triển **ba phẩm chất cốt lõi của tâm trí (Mindfulness/ Tỉnh thức, Selflessness/ Vượt lên bản thân & Compassion/ Lòng trắc ẩn)** từ đó lãnh đạo bản thân, người khác và tổ chức của mình thành công vượt trội.



MLP

Mindful Leadership Program Chương Trình Lãnh Đạo Tỉnh Thức

Các nghiên cứu chỉ ra rằng mức độ gắn kết của nhân viên là yếu tố quyết định sự hoạt động hiệu quả và thành công của một tổ chức; khả năng nhận thức và hành vi của người lãnh đạo là nhân tố quan trọng nhất để tạo nên sự gắn kết đó. Tuy nhiên, theo nghiên cứu năm 2016 của viện Gallup, có đến 87% nhân viên *không* cảm thấy gắn kết với tổ chức của mình; và theo khảo sát cùng năm của công ty tư vấn McKinsey, có đến 82% nhân viên nói rằng họ cảm thấy người lãnh đạo của mình *không* truyền cảm hứng. Những điều đó xảy ra trong bối cảnh 46 tỷ USD được đầu tư hàng năm trên toàn cầu cho việc phát triển lãnh đạo (theo báo cáo của Deloitte năm 2015).

Điều này cho thấy đa phần các chương trình phát triển lãnh đạo chưa thực sự chạm đến được gốc rễ vấn đề. Cha đẻ quản trị hiện đại Peter Drucker từng nói: *"Bạn không thể quản trị người khác, trừ khi trước tiên bạn quản trị chính bản thân mình."* Đa phần các chương trình đào tạo lãnh đạo tập trung vào việc quản trị những thứ bên ngoài, như quản trị con người, quản trị chiến lược hay quản trị tài chính. Những điều này là rất cần thiết, nhưng không đủ để tạo nên sự gắn kết của nhân viên. Để tạo nên sự gắn kết của nhân viên, như Peter Drucker nói, nhà lãnh đạo cần bắt đầu với chính bản thân mình, và cụ thể là học cách làm việc với tâm trí của mình.

Nghiên cứu gần đây của Harvard Business Review trong hai năm với trên 35,000 lãnh đạo tại hàng ngàn công ty trên 100 quốc gia cho thấy những nhà lãnh đạo thực sự truyền cảm hứng và tạo sự gắn kết của nhân viên sở hữu *ba đặc điểm tâm trí* quan trọng nhất, đó là: **Mindfulness** - Tỉnh thức; **Selflessness** - Vượt lên bản thân; **Compassion** - Lòng trắc ẩn.

Dựa trên nghiên cứu của Harvard Business Review, chương trình **"Lãnh đạo Tỉnh thức/ Mindful Leadership Program" (MLP)** ra đời nhằm giúp các nhà lãnh đạo nâng cao ba phẩm chất này ở chính mình, và từ đó có thể lãnh đạo bản thân, người khác và tổ chức của mình một cách hiệu quả và thành công vượt trội.



ĐIỂM ĐỘC ĐÁO CỦA "MINDFUL LEADERSHIP PROGRAM"

MLP là sự kết hợp độc đáo giữa ba phẩm chất của tâm trí:



Mindfulness / Tỉnh thức

Khả năng hiện hữu, tập trung và nhận thức về bản thân, người khác và mọi thứ xung quanh.

Selflessness / Vượt lên bản thân

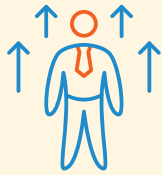
Khả năng quản lý "cái tôi" của bản thân, làm việc vì người khác và phục vụ cho những mục đích cao quý.

Compassion / Lòng trắc ẩn

Khả năng đồng cảm và đối xử với bản thân và người khác với lòng nhân ái và sự tử tế.

MỤC TIÊU CHƯƠNG TRÌNH

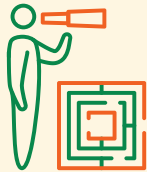
Các nghiên cứu mới nhất về sự hoạt động của các tổ chức cũng như các nghiên cứu về khoa học não bộ và tâm lý học hành vi, chương trình **“Lãnh đạo Tỉnh thức / Mindful Leadership Program” (MLP)** của PACE hướng dẫn bài thực hành mindfulness đơn giản, dễ tiếp cận và mang tính ứng dụng cao để giúp các nhà lãnh đạo nâng cao **ba phẩm chất của tâm trí**: Mindfulness (Tỉnh thức), Selflessness (Vượt lên bản thân) và Compassion (Lòng trắc ẩn). Cụ thể, các nhà lãnh đạo sẽ học cách:



Quản lý sự căng thẳng & Điều tiết cảm xúc của bản thân.



Rèn luyện tâm trí; Tập trung và nhận thức tốt hơn về bản thân, người khác và mọi thứ xung quanh.



Lãnh đạo bản thân và người khác dựa trên tầm nhìn và các giá trị tỉnh thức.



Quản lý “cái tôi” của bản thân - rào cản lớn nhất của việc lãnh đạo hiệu quả.



Cải thiện sự kết nối với bản thân và người khác dựa trên sự chân thành, tử tế và trắc ẩn.

NỘI DUNG CHƯƠNG TRÌNH

Phần I.	Thách thức lãnh đạo của thời đại	Phần III.	Lãnh đạo vượt lên bản thân (Selflessness)
	Thách thức của thời đại: Thế giới VUCA; Khủng hoảng cá nhân & khủng hoảng lãnh đạo; Chân dung nhà lãnh đạo MSC.		Tác hại của “cái tôi” đối với việc lãnh đạo; Thực hành: Quan sát tâm trí; Giá trị & tầm nhìn tỉnh thức: - Tầm quan trọng của giá trị & tầm nhìn tỉnh thức; - <i>Thực hành</i> : Thiết lập giá trị & tầm nhìn tỉnh thức. Nhà lãnh đạo cấp độ 5: quyết tâm & khiêm nhường; <i>Thực hành</i> : Sự tương thuộc & Sự ghi nhận.
Phần II.	Lãnh đạo với sự tỉnh thức (Mindfulness)	Phần IV.	Lãnh đạo với lòng trắc ẩn (Compassion)
	Mindfulness: Định nghĩa & các cách thực hành; Nền tảng khoa học não bộ của thực hành mindfulness; Tầm quan trọng của sự tỉnh thức đối với vai trò lãnh đạo; <i>Thực hành</i> : Quan sát hơi thở; <i>Thực hành</i> : Quét cơ thể; <i>Thực hành</i> : Xử lý tác nhân kích thích; <i>Thực hành</i> : Lắng nghe tỉnh thức.		Tầm quan trọng của lòng trắc ẩn đối với việc lãnh đạo; <i>Thực hành</i> : Lòng trắc ẩn với bản thân; <i>Thực hành</i> : Lòng trắc ẩn với người khác; <i>Thực hành</i> : Giao tiếp với lòng trắc ẩn.
		Phần V.	Tổng kết chương trình

HÌNH THỨC ĐÀO TẠO

Chương trình đào tạo của PACE-MLV được triển khai với hai hình thức đào tạo sau:

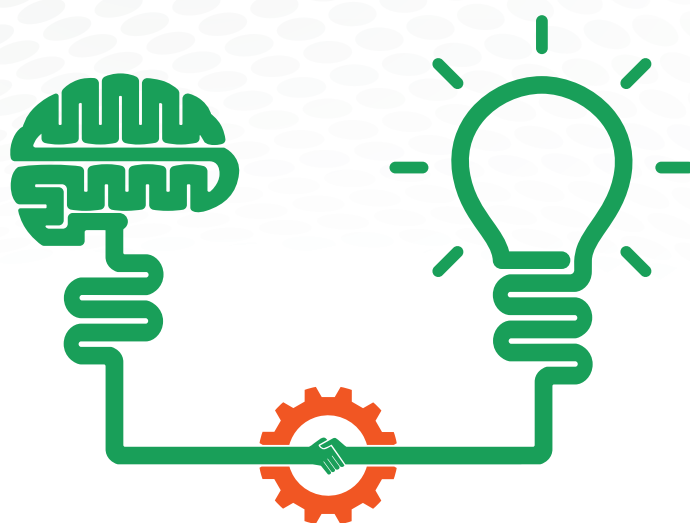
Đào tạo chiêu sinh / Public Workshop:

- Các khóa đào tạo được chiêu sinh theo lịch trình cố định và học tại địa điểm do PACE-MLV bố trí hoặc theo hình thức [LiveLearning](#).
- Các khóa đào tạo dành cho các cá nhân hoặc nhóm cá nhân đến từ các doanh nghiệp khác nhau.

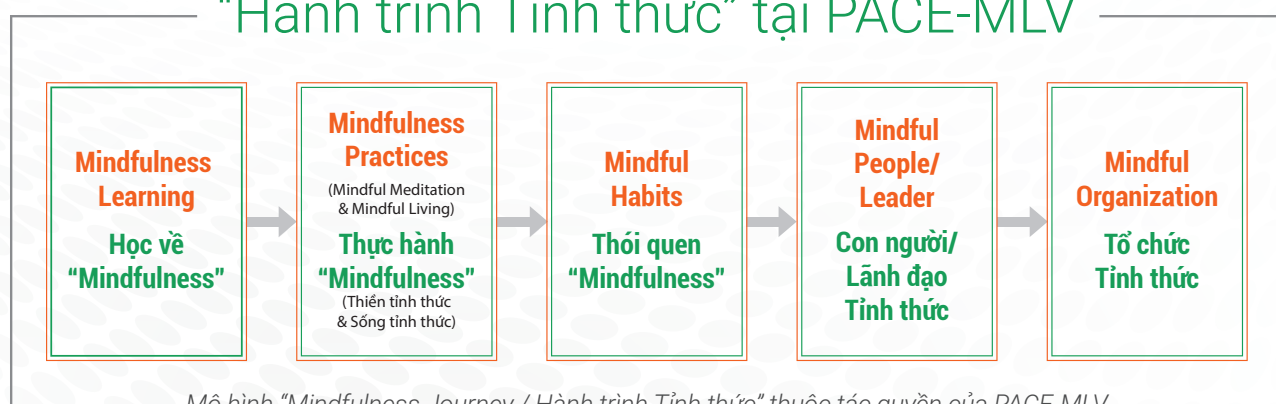
Đào tạo nội bộ / In-house Workshop:

- Standard Program: Đào tạo riêng cho từng doanh nghiệp theo chương trình chuẩn của PACE-MLV.
- Customized Program: Đào tạo riêng cho doanh nghiệp với chương trình được điều chỉnh theo đặc thù.

Mindful Leadership Vietnam - một đơn vị thành viên của Học Viện Quản lý PACE (PACE-MLV), là tổ chức chuyên sâu trong việc triển khai các chương trình và các hoạt động liên quan đến “mindfulness”, dựa trên nền tảng khoa học, nhằm phát triển năng lực lãnh đạo, nâng cao hiệu quả công việc và chất lượng cuộc sống của các cá nhân và tổ chức tại Việt Nam.



“Hành trình Tỉnh thức” tại PACE-MLV



Mô hình “Mindfulness Journey / Hành trình Tỉnh thức” thuộc tác quyền của PACE-MLV

MINDFUL LEADERSHIP VIETNAM (PACE-MLV)

Trụ sở chính: Tòa nhà PACE
341 Nguyễn Trãi, Quận 1, TP.HCM
Điện thoại: (028) 3837.0208

VP Hà Nội: International Center (Lầu 2)
17 Ngô Quyền, Quận Hoàn Kiếm, Hà Nội
Điện thoại: (024) 3646.2828

✉ MLV@PACE.edu.vn
🌐 MLV.PACE.edu.vn
🌐 www.PACE.edu.vn