

## Seminar: Emotionale Kompetenz am Arbeitsplatz

Möchten Sie mehr über die Vorteile der emotionalen Kompetenz erfahren?

Möchten Sie Ihre emotionale Kompetenz weiter ausbauen?

Möchten Sie lernen Ihre emotionale Kompetenz gezielter einzusetzen?

### **Dieses Seminar wird Sie dabei unterstützen mit Gefühl zur Sache zu gehen**

Erfolgreiche Mitarbeiter und Führungskräfte verfügen neben ihrer Fachkompetenz über ein hohes Maß an emotionaler Intelligenz. Darunter versteht man die Fähigkeit, eigene Gefühle und Emotionen sowie die der anderen zu beobachten, zu unterscheiden und sich von den dabei gewonnenen Informationen in seinem Denken und Handeln leiten zu lassen. Diese Fähigkeiten sind erlernbar und nicht genetisch festgelegt.

Die ersten beiden Teile des Seminars befassen sich mit der Selbstwahrnehmung und Selbstregulierung. Eigene Gefühle, Vorlieben, Möglichkeiten und Intuitionen sollen ebenso bewusst gemacht werden, wie der Umgang mit den inneren Zuständen, Impulsen und Möglichkeiten. Wie fühlen sich Emotionen an und was löst sie aus? Wie lassen sie sich steuern und kontrollieren?

Im dritten Teil des Seminars geht es um Motivation. Emotionale Intelligenz bestimmt unser Engagement. Menschen mit großer Zuversicht zeigen eine höhere Leistungsbereitschaft und setzen sich für höhere Ziele ein. Wie lässt sich also das emotionale Wohlbefinden erweitern?

Der vierte Teil des Seminars befasst sich mit Empathie. Es geht um Wahrnehmung von Gefühlen, Bedürfnissen und Belangen Anderer. Emotionen geben Auskunft über Befindlichkeit und aktuelle Bedürfnisse. Wie lässt sich der Gefühlszustand und das dahinterliegende Bedürfnis eindeutiger identifizieren?

Im fünften Teil des Seminars geht es um soziale Fähigkeiten. Grundlage der emotionalen Kompetenz ist die Fähigkeit, andere zu verstehen. Wie können wir den Umgang mit anderen Menschen positiver gestalten und zu erwünschten Reaktionen einladen?

<b>INFORMATIONEN ZUR VERANSTALTUNG</b>
Kursnummer: 14
Ort: Impuls - NEUE WEGE GEHEN; Lustheide 6-8; 51427 Bergisch Gladbach
Datum der Veranstaltung: 16.03.2020 Uhrzeit: 09:00 Uhr bis 16:00 Uhr
Anmeldeschluss: 02.03.2020 (nur begrenzte Teilnehmerzahl möglich)
Zielgruppe: Fach- und Führungskräfte aus allen Branchen
Referent: Jürgen Fais (M.A. Kriminologe, Dipl. Sozialpädagoge, Systemischer Therapeut/Familietherapeut, Systemischer Kinder- und Jugendlichentherapeut (DGSF), Systemischer Traumatherapeut (ifs), Supervisor (DGSv), Mediator (FH))
Kosten: 249,- Euro inklusive Mehrwertsteuer (inklusive Tagungsgetränke)