

In 5 Schritten zur emotionalen Intelligenz

Empathisch kommunizieren

ZIELE & NUTZEN

Dauerhaft erfolgreiche Menschen besitzen nicht nur Fachkompetenz, sondern verfügen vor allem über eine hohe emotionale Intelligenz. Es geht hierbei um die Fähigkeit, Emotionen in Bezug auf sich selbst und andere Menschen wahrzunehmen, zu verstehen, auszudrücken und sinnvoll damit umzugehen. Emotionale Intelligenz ist eine Kombination von Einzelfähigkeiten, die erlernbar sind. Der wirksame Einsatz von emotionaler Intelligenz lässt sich fortwährend verfeinern und eröffnet Ihnen im Businesskontext und Privatleben wertvolle Vorteile.

Sie lernen die 5 Schritte der emotionalen Intelligenz kennen und üben Ihre Selbstwahrnehmung. Sie trainieren, mit den eigenen Gefühlen und denen der anderen bewusster und sensibler umzugehen, und üben, Ihre verbale und nonverbale Kommunikation professionell und partnerorientiert einzusetzen.

METHODEN

Live-Übungen mit Einzel-Feedback, Impulse durch die Trainerin, Erarbeitung im Plenum, Diskussion, praktische Übungen, Einzel- und Gruppenarbeit, praktische Tipps für den Berufsalltag.

IHRE EXPERTIN



Anja Oser, Geschäftsführerin
PARLA GmbH & Co. KG

→ Nähere Informationen zu unseren Experten finden Sie auf unserer Webseite unter www.parla.de/experten



INHALTE

- Emotionale Intelligenz – Grundlagen
- Selbstwahrnehmung und Fremdwahrnehmung
- Selbsterkenntnis verbessern – Authentisch auftreten und kommunizieren
- Selbstregulierung – Wie Sie Ihre Emotionen steuern
- Empathie – Wie Sie Ihre Achtsamkeit schärfen
- Motivation – „In Dir muss brennen, was Du in anderen anzünden willst“

TERMIN:

DATUM:	08. Juli 2020
ORT:	Hotel im Raum Heidelberg
DAUER:	1 Tag, 09-17 Uhr
TN-ZAHL:	max. 8 Teilnehmende
INVESTITION:	890 EUR zzgl. MwSt.
ZIELGRUPPE:	offen