

Emotionale Intelligenz: Menschenkenntnis entwickeln und für bessere Zusammenarbeit nutzen

KURZBESCHREIBUNG

Die Emotionale Intelligenz beschreibt jene Fähigkeit, eigene Gefühle und die anderer zu erkennen, uns selbst zu motivieren und gut mit den Emotionen in uns selbst und in unseren Beziehungen umgehen zu können. Emotional intelligent zu handeln bedeutet somit, bewusster, weitsichtiger und gelassener zu handeln. Sie erforschen in diesem Seminar Ihre persönliche Wirkung auf andere und erfahren, wie Sie ihre eigenen Ressourcen in Ihrem Kommunikations- und Interaktionsverhalten angemessen und erfolgreich einsetzen können. Mit mehr Menschenkenntnis und Empathie verbessern Sie Klima, Motivation und Kooperation in Ihrem (Arbeits-)Umfeld.

IHR NUTZEN

Emotionserkennungsfähigkeit als Empathie-Booster – Sie erhalten vor und nach dem Seminar die Gelegenheit ihre Emotionserkennungsfähigkeit zu testen.

Wissenschaftlich fundierte Einblicke in die Persönlichkeitspsychologie als ganzheitlicher Zugang zu den eigenen Stärken und Potentialen in der Zusammenarbeit

Systemische Fragetechniken als Katalysator unseres Kommunikations- und Interaktionsverhaltens

Körpersprache und Mimik als Schlüssel für eine sensiblere (Selbst-) Wahrnehmung

Mentale Fitness zur effektiveren Nutzung unserer Gehirnkapazitäten

SCHWERPUNKT

Die vier Domänen Emotionaler Intelligenz (Selbstwahrnehmung, -management, soziales Bewusstsein, Beziehungsmanagement) nach Daniel Goleman bilden den Roten Faden des 2-tägigen Trainings. Dabei halten sich intra- und interindividuelle Anteile die Waage.

ZIELGRUPPE

Alle Mitarbeiter*innen

THEMEN

Emotionale Intelligenz – Schlüsselfähigkeit

Meine Persönlichkeit – wie ich mir meiner selbst bewusst werden kann

Systemische Fragetechniken – wer Fragen stellt, muss keine Antworten geben

Mimikresonanz – was der Code der Mimik über unsere Gefühle verrät

Wenn der Körper spricht

Mentale Fitness – unser Gedächtnis clever nutzen lernen

LEHRMETHODEN

Testinventar "READ" zur Erfassung der individuellen Emotionserkennungsfähigkeit

Mimikscouting, Open Space / Gruppenarbeiten, Assoziationskarten, LEGO

TERMINE

16.02.2023 (10:00 Uhr) bis

17.02.2023 (16:00 Uhr)

Präsenz | Nürnberg

ARD.ZDF medienakademie (BR-Gelände)

Preis: 1.140,- € p.P.

Seminarleitung: David Holzer

INHALTLICH VERANTWORTLICH

Bettina Winter

E-Mail: [b.winter@ard-zdf-](mailto:b.winter@ard-zdf-medienakademie.de)

[medienakademie.de](mailto:b.winter@ard-zdf-medienakademie.de)

Telefon: +49 911 9619-458

KUNDENSERVICE

Ute Sperling

E-Mail: [kundenservice@ard-zdf-](mailto:kundenservice@ard-zdf-medienakademie.de)

[medienakademie.de](mailto:kundenservice@ard-zdf-medienakademie.de)

Telefon: +49 911 9619-367

SEMINARNUMMER

44 159