

Приложна емоционална интелигентност





Тази учебна програма е изцяло практически насочена и с голямо значение за вълнуващото време, в което живеем. Тя е базирана на научни открития в сферите на психологията, емоционалната интелигентност и невронауките и слага акцент върху това как на практика да използваме едно от най-критично важните умения на 21-век в ежедневието си.

Програмата ще ви помогне да изградите най-важните компетенции в областта на емоционалната интелигентност.



Приложна емоционална интелигентност е специално разработена програма за повишаване на уменията в емоционалната интелигентност на сътрудници от всички нива. Тя е под формата на много интересно, приятно и полезно емоционално преживяване за самите участници, която се води от сертифициран фасилитатор и може да бъде присъствена или онлайн. Преминалите през програмата ще са преживяли поредица от лични осъзнавания и ще разполагат с набор от преносими знания, умения и инструменти, с помощта на които да общуват много по-лесно, гладко и качествено както със своите колеги, така и със своите близки, приятели и партньори.

СЪДЪРЖАНИЕ НА ПРОГРАМАТА

-  6 x 120 минути модули за обучение, ръководени от сертифициран практик по емоционална интелигентност, присъствено или онлайн
-  1-ви асесмънт в началото на програмата;
2-ри асесмънт - 3 месеца след приключване на програмата;
Неограничен достъп до дигитална платформа за самостоятелна работа с доклада от асесмънта;
Докладът от асесмънта може да бъде предоставен и чрез индивидуална коучинг сесия.
-  Професионално фасилитирани модули, включващи работа в подгрупи, групови дискусии, анкети и чат
-  Дигитален наръчник, позволяващ воденето на бележки, записването на идеи и планирането на следващи стъпки

МОДУЛ 1

РАЗБИРАНЕ НА СЕБЕ СИ

Ще разберете какво най-вече предизвиква емоции във вас и кои са видовете поведенчески реакции, с които отговаряте на тези емоции. Ще разгледате неврологичните основи, върху които се базират емоциите ни и ще изследвате ролята, която те играят по отношение на вашето поведение, представяне и вземане на решения.



РАЗБИРАНЕ НА ДРУГИТЕ

МОДУЛ 2



Ще се запознаете с инструменти и техники за повишаване на капацитета си да разбирате по-точно ситуациите от гледната точка на другите; да предвиждате по-правилно реакциите им; да бъдете по-гъвкави в поведението си и да подходите по-адекватно спрямо контекста на ситуацията.

МОДУЛ 3

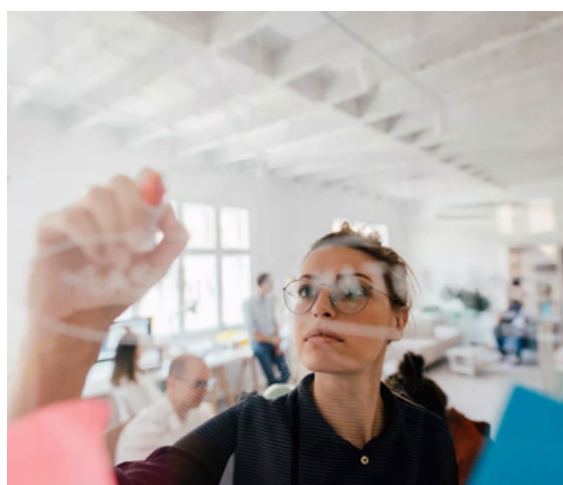
АВТЕНТИЧНОСТ

Ще идентифицирате ефективни начини, чрез които да изразявате как се чувствате. Ще определите някои типични теми на трудните разговори, които членовете на един екип имат честа нужда да дискутират и ще получите практичен модел, който помага при фасилитирането на такива разговори.



ЕМОЦИОНАЛНА РАЗСЪДЛИВОСТ

МОДУЛ 4



Ще научите как можете да стигнете до информацията, съдържаща се в емоциите ви, когато разсъждавате и вземате решения и как да я използвате. Ще изследвате какво представлява емоционалната разсъдливост и защо е толкова важна в ежедневието ни.

МОДУЛ 5

УПРАВЛЕНИЕ НА СЕБЕ СИ

Ще разгледате начини и методи, които да ви помогнат в борбата със стреса и натоварването на работното място и ще научите как да бъдете по-жилави към предизвикателствата, пред които ни изправя живота.



ПОЗИТИВНО ВЛИЯНИЕ

МОДУЛ 6



Ще определите кои са онези взаимоотношения с ваши близки, които бихте могли да подобрите и какви практически действия можете да предприемете в тази посока. Ще разгледате коучинг модел, който е много подходящ за подпомагане на другите.

ЗА GENOS INTERNATIONAL

Ние сме глобален екип от създатели на промени, които използват емоционална интелигентност, за да подобрят как се свързваме, общуваме и сътрудничим в работата. Трансформирането на тези основни умения за взаимодействие на хората в работата, променя и човешките взаимоотношения извън работното място. Хората стават по-добри родители, партньори, роднини и приятели. Ето защо ние наричаме нашата работа **"Променяща възможностите на бизнеса. Променяща живота на хората"**. Дженос е водещ, глобален доставчик, изпълняващ своята мисия с трансформиращо съдържание, отлична дигитална технология, изключително обслужване на клиентите, вдъхновени партньори и клиенти, искащи да са лидери в своята индустрия.



Свържете се с нас:

office@docheva.com

0882 345 521