



EQ = Emotionale Intelligenz

Wie Sie Ihre empathische Kommunikation trainieren & verbessern

Heute ist es wichtiger denn je, neben der Fachkompetenz eine hohe Emotionale Intelligenz zu besitzen und diese in Gesprächen einzusetzen. Besonders von Führungskräften wird in Zukunft immer mehr verlangt, die Mitarbeiter zu fördern und zu motivieren. Dafür benötigen sie die Fähigkeit, Emotionen in Bezug auf sich selbst und andere Menschen wahrzunehmen, auszudrücken, zu verstehen und sinnvoll damit umzugehen.

Emotionale Intelligenz ist eine Kombination aus Einzelfähigkeiten, die wir alle erlernen können. Und darum geht es in diesem Seminar. Freuen Sie sich auf einen aktiven, interessanten und praxisnahen Tag.

Welche Inhalte dürfen Sie erwarten?

- Die 6 Stufen der Emotionalen Intelligenz
- Reflektiere Dich! Selbstführung, Selbstregulierung & Selbstmotivation
- Empathie – Wie Sie Ihre Achtsamkeit schärfen
- Gespräche empathisch führen: Aktives Zuhören hilft dabei ungemein
- Wie wirke ich auf Andere? Selbst- & Fremdbild
- Emotionen wahrnehmen, ansprechen und steuern
- Motivation - „In Dir muss brennen, was Du in anderen entzünden willst“
- Überzeugende Rhetorik: Die „Macht der Sprache“ (auch Körpersprache)
- Feedback geben und annehmen
- Beziehungen zu Menschen aufbauen beginnt im Kopf
- Vom Workshop in den beruflichen Alltag – Hilfe zur Umsetzung

Für welchen Teilnehmerkreis ist das Seminar wertvoll?

Für alle, die ihre Gespräche besser und wertschätzender führen möchten.

Führungskräfte, Vertrieb, Einkauf (alle, die im Gespräch mit Menschen sind)

Zeitbedarf als Online Seminar

Ein-Tages-Seminar aufgeteilt in:

2 x ½ Tag (je 4 U-Stunden) oder

3 x 1/3 Tag (je 2 Zeit-Stunden) oder

4 x ¼ Tag (je 2 U-Stunden)

Anwendungsphase (Transfer & Nachhaltigkeit) zwischen den Terminen