

Emotionale Intelligenz in der Zusammenarbeit

Emotionale Intelligenz ist die Fähigkeit, Gefühle und Bedürfnisse wahrzunehmen, sie zu verstehen, über sie zu sprechen und sie positiv beeinflussen zu können - bei sich selbst und beim Gegenüber. Gut in Kontakt treten, Verhalten richtig einordnen und angemessen reagieren - ein unermesslicher Schatz, wenn es darum geht, herausfordernde Situationen, denen wir im Beruf immer wieder begegnen, gut zu gestalten und beeinflussen zu können.

Inhalte

- **Emotionen und wie sie unser Verhalten beeinflussen**
 - Macht der Gefühle
 - Neurophysiologische Grundlagen
 - **Sensibilität und Wahrnehmungsfähigkeit steigern**
 - Wahrnehmungseffekte und ihre Auswirkungen auf die Kommunikation
 - Achtsamkeit schärfen
 - **Zusammenhänge verstehen und das Gegenüber neu wahrnehmen**
 - Die kooperative Grundhaltung
 - Einfluss der Werte und Glaubenssätze auf das (Kommunikations-) Verhalten
 - **Gefühle und Bedürfnisse beim Gegenüber wahrnehmen**
 - Wie Kommunikation Einfühlung blockiert
 - Automatische Reaktionsmuster
 - Authentisches Auftreten und Kommunizieren oder „Wie sage ich ...?“
 - Empathisch Gefühle zurückspiegeln
 - Wertschätzender Austausch bei gegenteiligen Meinungen
 - **Persönliche Fortschrittsplanung**
-

Zielgruppe

Alle Mitarbeiter und Führungskräfte, die ihre emotionale Kompetenz steigern möchten.

Teilnehmerstimmen

Das sagen unsere Teilnehmer zu diesem Seminar:

"Die inhaltliche + persönliche Darstellung des Seminars hat mir sehr gut gefallen und ich habe mich immer wohl gefühlt."

Kerstin Volz, B•A•D Gesundheitsvorsorge und Sicherheitstechnik GmbH

"Ich fühle mich auf einen guten Weg gebracht und freue mich darauf, ihn zu gehen."
Eva Weißer, WVGW Wirtschafts- und Verlagsgesellschaft Gas und Wasser mbH

"Tolle Atmosphäre!"
Erik Frank, DG Verlag

"Großartig!"
Viktor Wiens, Am Zehnhoff-Söns GmbH

"Tolle Gruppe, sehr intensive Gespräche."
Martina Dornhöfer, GWH Wohnungsgesellschaft mbH Hessen

"Ein sinnvoller Anfang an sich selbst zu arbeiten. Danke!"
Claus Holldack, Gesundheits- und Sanitätshaus Ringe

"Extrem interaktiv und individuell."
Jan Eickmann, kernpunkt GmbH

"Ich bin sehr zufrieden, gehe mit einem guten Gefühl nach Hause."
Rico Stobbe, PSB Presse Service Bonn GmbH und Co. KG

[mehr »](#)

Dauer 2 Tage, je von 9.00 bis 17.00 Uhr

Teilnehmer max. 10

Termine nach Vereinbarung
