

MCT Wittekindt – Themenpark

Thema 6



emotionale Intelligenz – werde der, der Du wirklich bist

Methodik: 1 Tag e-learning (9 Unterrichtseinheiten)

Kurzvorträge, Einzel- und Gruppenarbeit, Fallbeispiele

Unterrichtszeiten: werktags (Samstag) 09:00 – 16:30 Uhr

Trainer: Frank Wittekindt

Vorkenntnisse: nicht erforderlich

Anzahl Teilnehmer: 3 Teilnehmer min. / 20 Teilnehmer max.

Zielgruppe: alle Personen mit Interesse an diesem Thema

Leistungen: Zertifikat, umfangreiche Seminarunterlagen

Beschreibung

Niemand verhält sich völlig rational. Die Trennung von Gefühl und Verstand ist eine Illusion. Wenn es darum geht, kompetent zu führen und schwierige Situationen zu meistern, kann man nicht ausschließlich auf sein Fachwissen und die rationale Intelligenz vertrauen. Noch wichtiger ist in diesen Fällen Ihre emotionale Intelligenz. Lernen Sie, warum emotionale Intelligenz der Schlüssel zu mehr Erfolg und Zufriedenheit ist und wie Sie davon beruflich und privat profitieren.

Lernziele und Inhalte des Seminars

Sie lernen den Einfluss Ihrer emotionalen Intelligenz kennen; Sie erfahren wie diese im beruflichen Alltag als wirkungsvolles Führungsinstrument einsetzen. Nach der Weiterbildung sind Sie in der Lage, klug mit Ihren Gefühlen umzugehen und bei Ihren Entscheidungen das persönliche Gleichgewicht zwischen Verstand und Emotion zu finden. Außerdem erkennen Sie, wie hilfreich es sein kann, Dinge manchmal aus einem anderen Blickwinkel zu betrachten. Indem Sie Ihre eigene Motivations- und Konfliktstrategien zu überprüfen und zu erweitern lernen, werden Sie fähig, Ihre Kommunikation und Ihre Gesprächsführung klarer und erfolgreicher zu gestalten.



Inhalte

Selbstwahrnehmung von rationaler und emotionaler Intelligenz

- Die eigenen Emotionen und deren Auswirkungen einschätzen
- Erkennen und Steuern individueller Emotionsauslöser
- Analyse des Umgangs mit Entscheidungen
- Wie man eigene Gefühle zur Sprache bringt

Emotionale Intelligenz als Führungsinstrument

- Eisberg-Modell
- Unterschiede zwischen Sachebene und Emotionsebene
- Emotionale Intelligenz als Führungsinstrument
- Emotionen des Gegenübers erkennen und mit Intelligenz begegnen
- Wie man Mitarbeiter motiviert
- Erfolgreiches Verhandeln

Partnerzentrierte Gespräche führen

- Einfühlungsvermögen steigern
- Körpersprache zur Kontaktoptimierung nutzen
- Argumentieren mit Gefühl
- Mit Verstand, Intuition und Emotion Gespräche führen

Einsatz emotionaler Intelligenz im Konfliktmanagement

- Mit emotionalen Gesprächsblockaden umgehen
- Emotionale Barrieren abbauen
- Umgang mit schwierigen Situationen und Menschen
- Streitvermeidungsstrategien entwickeln
- Zur Deeskalation beitragen

Persönlichkeit durch emotionale Intelligenz

- Mit den eigenen Gefühlen umgehen
- Wie Sie einen gelassenen und leistungsfähigen Zustand erreichen
- Die Angst vor Gefühlen abbauen
- Die Furcht vor Aggressionen abbauen
- Kritikfähigkeit üben
- Umgang mit Emotionen in der Gesellschaft
- Die eigenen Emotionen als Privatangelegenheit