

# Emotionale Intelligenz

## ZIELGRUPPE

Führungskräfte und Mitarbeiter, die Ihre Kompetenzen auf der emotionalen Kommunikationsebene erweitern möchten.

## AUSGANGSLAGE

Aus dem Kommunikationsseminar kennen wir: Es gibt eine Sachebene und eine Beziehungs- oder emotionale Ebene. Auf beiden Ebenen kommunizieren wir gleichzeitig. Allerdings wird hierbei oft vergessen, dass gerade bei schwierigen Problemstellungen Lösungen erst auf der emotionalen Ebene gefunden werden müssen, bevor auf der Sachebene hierzu konkrete Vereinbarungen getroffen werden können. Das fehlende Bewusstsein hierfür verstellt uns häufig den Weg zu einer wertschätzenden und zielführenden Kommunikation.

Hieraus ergeben sich bekannte Probleme unseres Alltags: Missverständnisse, Ärger, mangelnde Absprachen, Stress, Planungsmängel, fehlende Vereinbarungen und Konflikte führen immer wieder zu mangelnden Ergebnissen des Kommunikationsprozesses.

## INHALTE DES SEMINARS

Im Seminar erleben Sie die Möglichkeiten, die sich aus einer intensiven Kommunikation auch auf der emotionalen Ebene ergeben können. Durch praktische Übungen an konkreten Fallbeispielen aus Ihrem Arbeitsalltag wird ein tieferes Verständnis des komplexen Kommunikationsprozesses erarbeitet.

## DIE WICHTIGSTEN THEMEN

- Das emotionale Gehirn
- Die Natur der emotionalen Intelligenz
- Emotionale Intelligenz in der Praxis
- Zuhören, um zu verstehen
- Entstehung von Emotionen und die Möglichkeiten des emotionalen "Umlernens"
- Die langfristige persönliche emotionale Weiterentwicklung
- Konkreter Nutzen von emotionaler Intelligenz im Arbeitsalltag
- Praktische Übungen (auf Wunsch mit Videoaufzeichnung)

## NUTZEN DES SEMINARS

Das Seminar verhilft Ihnen dazu, die emotionale Ebene in Ihrer persönlichen Kommunikation besser zu erkennen und gewinnbringend für beide Seiten einzusetzen. Sie werden in die Lage versetzt, durch ein besseres Zuhören in Gesprächen ein tieferes Verständnis für Ihren Gesprächspartner zu entwickeln. Eine Verbesserung der Kommunikation bedeutet bessere Gesprächsergebnisse, bessere Teamlösungen und langfristig ein höherer Erfolgsgrad in Ihrer angestrebten Zielsetzungen.

## WIE BEREITE ICH MICH VOR?

Welche emotionalen Hürden erleben Sie in Ihrem Alltag? Bringen Sie gerne Fallbeispiele aus beruflichen oder privaten Kommunikationssituationen mit. Wenn Sie mögen, lesen Sie gerne das gleichnamige Begleitbuch zum Seminar von Daniel Goleman.

## DAUER

2 Tage