

3. Inteligența emoțională

Grup țintă:

Acest training se adresează tuturor persoanelor care doresc să cunoască mai multe detalii despre inteligența emoțională și implicațiile acesteia în activitatea de fiecare zi.

Obiectiv:

Dobândirea unor aptitudini interpersonale prin punerea în aplicare a cunoștințelor prin exerciții și aplicații practice. Învățarea unor metode de identificare a emoțiilor personale în vederea canalizării acestora proactiv în mediul de lucru.

Durata trainingului:

Acest training se întinde pe o perioadă de 1 zi.

Tematica de parcurs a trainingului:

- a) **Abordarea temei**
- b) **Abilități de inteligență emoțională**
- c) **Dezvoltarea abilităților de inteligență emoțională**
- d) **Componentele inteligenței emoționale**
- e) **Acțiune și nu reacțiune**
- f) **Inteligența emoțională versus inteligența intelectuală**
- g) **Cunoașterea propriilor emoții**

Oferta completă pentru participanți:

Let's get to know each other

Participarea la training – 2 zile, Jocuri de rol, Work-shop-uri

Cazare și masă

Coffee Break – 3 pauze

Suport de curs

Certificat de absolvire a cursului respectiv