

Working With Emotional Intelligence

Learn via: **Classroom / Virtual Classroom / Online**

Duration: **2 Gün**

Overview

Duygusal zeka, alanında çığır açan bir araştırma ile kanıtlanmış başarının anahtarıdır; duygusal zekası yüksek olan insanlar iş dünyasında iyimser bir yaklaşımla hareket edebilir, aksiliklerle daha etkin bir şekilde başa çıkabilir, güçlü iş ilişkileri kurup çatışmaları da daha kolay çözebilirler.

İnsanlar genelde bize şu soruları sorar:

- İş yerinde duygularımı nasıl kontrol edebilirim?
- Zorlu durumlara sakin ve kontrollü bir şekilde cevap vermeyi nasıl seçebilirim?
- Diğer insanlardaki duygusal ipuçlarını nasıl tanyabilirim?

Birçok işverenin artık duygusal zekayı standart bir işe alım uygulaması olarak değerlendirdiğini gösteren kanıtları göz önüne alırsak duygusal zeka ile çalışmanın gereken bir iş becerisi olduğu açıktır. İyi haber şu ki, duygusal zeka sabit değil ve daha önce hiç olmadığı kadar fazla insan bunu fark ediyor ve yoğun olarak da duygusal zekalarını öğrenmeye ve geliştirmeye çalışıyor.

Düşünmeyi teşvik eden ve pratiğe dayalı bu grup çalışması, kendi duygusal zekanızı gözden geçirmeniz için sizi teşvik edecek ve duygusal zeka ile çalışabilmenize yönelik bazı stratejiler verecektir.

Prerequisites

There are no prerequisites for this workshop.

Who Should Attend

Bu eğitim duygusal zekaya yeni başlayanlara yöneliktir. Duygusal zekanın ne olduğunu, neden çalıştığını ve kendinizi geliştirmek ve iş ilişkilerinizi iyileştirmek için duygusal zekayı nasıl kullanacağınızı öğreneceksiniz.

What You Will Learn

- Introduction to Emotional Intelligence
- Knowing me knowing you
- How we communicate and your thinking process
- Communication filters
- Tuning into your emotions
- Can you feel it?
- Managing challenging emotions
- The power of empathy
- Emotional Intelligence in practice
- Peer coaching and action planning