

Training Emotionale Kompetenz

Ziele

Förderung des persönlichen Wachstums und die allgemeinen emotionalen Kompetenzen;
konstruktive Strategien zur Bewältigung von erhöhten Erregungsniveaus;
negative Emotionen verstehen und nicht als etwas ausschließlich Negatives und Bedrohliches zu bewerten;
Reaktionen als Herausforderungen sehen, die sich bewältigen lassen;
mit problematischen Emotionen konstruktiv umgehen;
sich in emotional belastenden Situationen selbst unterstützend zur Seite stehen.

Fokus Personalführung

Die eigenen emotionalen Kompetenzen trainieren und Erfolgserlebnisse als Führungskraft verbuchen.

Im Training werden emotionale Kompetenzen vermittelt und trainiert, die den Führungskräften für eine der wichtigsten Aufgaben zur Verfügung stehen.

Format

Das Training ist in verschiedenen Modulen aufgebaut: Basiskompetenzen, Psychoedukation, Selbstfürsorge, emotionale Regulation.

Zielgruppen

Führungskräfte, mittleres Management, Einzelpersonen, Gruppen und Teams.



fair-bindungen



Beratungspraxis für systemische Supervision,
Coaching, Training
Einzel-, Familien- und Paartherapie DGSv - SG
Psychotherapie HP
Tel. 0361 60131605
kontakt@fair-bindungen.de
www.fair-bindungen.de

Supervision

Coaching

Seminare
und
Workshop

Training

Germana Alberti v. Hofe

Albrechtstrasse 46

99092 Erfurt
