

SI-MF-007-2-10 Erfolgsfaktor Emotionale Intelligenz**SEMINARBESCHREIBUNG**

Emotionale Intelligenz (EQ) ist die entscheidende Führungskompetenz in modernen Arbeitsumgebungen: Selbstwahrnehmung, Emotionsregulation und empathische Kommunikation ermöglichen Ihnen, auch unter Druck konstruktiv zu bleiben und Ihr Team zu Höchstleistungen zu motivieren. Dieses Emotionale-Intelligenz-Training kombiniert wissenschaftlich validierte Methoden nach Goleman mit intensivem Praxistraining – Sie entwickeln nachhaltige emotionale Kompetenzen statt theoretisches Wissen. In zwei Tagen trainieren Sie systematisch, eigene Emotionen zu erkennen, zu verstehen und konstruktiv zu steuern, während Sie gleichzeitig die emotionalen Bedürfnisse Ihrer Mitarbeiter präzise wahrnehmen und situationsgerecht darauf reagieren.

Wissenschaftlich fundiert und praxisorientiert

Das EQ-Seminar arbeitet mit validierten EQ-Assessment-Tools statt Persönlichkeits-Stereotypen, sodass Sie Ihre emotionale Intelligenz objektiv messen und gezielt entwickeln. Rollenspiele mit Video-Feedback trainieren Selbstwahrnehmung in Echtzeit, wobei Sie Ihre Mikro-Expressionen und Körpersprache bewusst wahrnehmen lernen. Sie erstellen Ihr persönliches Emotionale-Intelligenz-Profil und identifizieren damit präzise Ihre Stärken und Entwicklungsfelder. Transfer-Aufgaben zwischen den Seminartagen sichern nachhaltige Integration emotionaler Kompetenzen in Ihren Führungsalltag, während Sie in kleinen Gruppen von maximal fünf Teilnehmern intensive Betreuung und direktes Feedback erhalten.

SEMINARINHALTE**Selbstwahrnehmung und Emotionsregulation entwickeln**

- > Emotionale Intelligenz wissenschaftlich verstehen nach Goleman
- > Selbstwahrnehmung trainieren durch Emotionsmuster-Analyse
- > Emotionsregulation unter Druck durch Achtsamkeitstechniken
- > Trigger-Management für konstruktive Reaktionsmuster
- > Neurobiologie der Emotionen für bessere Selbstführung

Empathie und soziale Kompetenzen stärken

- > Empathische Führung praktizieren ohne zu therapieren
- > Aktives Zuhören intensivieren mit 3-Stufen-Modell
- > Emotionale Ansteckung managen und positiv nutzen
- > Perspektivwechsel trainieren für Mitarbeiterverständnis
- > Soziale Wahrnehmung schärfen durch nonverbale Signale

Emotionale Konflikte konstruktiv führen

- > Konflikt-Emotionen regulieren und produktiv nutzen
- > Schwierige Gespräche meistern mit 4-Phasen-Modell
- > Emotionale Grenzen setzen ohne Empathie zu verlieren
- > Deeskalierende Kommunikation in hitzigen Diskussionen
- > Resilienz aufbauen für emotionale Stabilität

UNSERE SEMINARMETHODEN

	 Öffentliches Seminar	 Individual Seminar	 Inhouse Seminar
Dauer	2 Tage	1 Tag	Nach Absprache
Teilnehmerkreis	Offene Gruppe	Einzelcoaching	Firmenschulung
Garantierte Durchführung*	✓	✓	✓
Bundesweit verfügbar	✓	✓	✓
Monatlich buchbar	✓	✓	✓
Personalisiertes Zertifikat	✓	✓	✓
Mittags- und Pausenverpflegung vor Ort	✓	✓	
Professionelle Seminarunterlagen	✓	✓	✓
Bei Ihnen vor Ort (optional ohne Aufpreis)		✓	✓
Berücksichtigung Ihres Wunschtermins		✓	✓
Persönliches Vorgespräch zum Dozenten		✓	✓
Schwerpunkt liegt auf Ihrer Branche		✓	✓
Individuelle Seminarinhalte		✓	✓
Höchste Diskretion und Datenschutz		✓	✓
Persönliche Nachbetreuung		✓	✓
Einplanung Ihrer Vorgaben zur Seminardauer			✓

* Wir garantieren eine Durchführung unserer öffentlichen Seminare bereits ab einer Mindestteilnehmerzahl von 2 Personen. Nähere Informationen zu den kommenden Garantieterminen erhalten Sie nach Auswahl des Ortes.

> Öffentliche Seminare / 1.490,00 € netto zzgl. MwSt.

Große Auswahl praxisnaher Themen im gesamten Bundesgebiet

Ideal geeignet für mehrere Mitarbeiter eines Unternehmens, sowie für Privatkunden, die sich selektiv weiterbilden möchten. Ihnen stehen monatlich **über 160 Seminare an 12 Lernumgebungen** im gesamten Bundesgebiet zur Auswahl.

> Individuelle Seminare / 1.490,00 € netto zzgl. MwSt.

Maximaler Lernerfolg & höchste Flexibilität im Einzelcoaching

Unsere wirksamste Lernform, weil der **Fokus an beiden Seminartagen ganz bei Ihnen liegt** – bei Ihren Themen, Zielen und individuellen Fragen. Gemeinsam mit Ihrer Dozentin oder Ihrem Dozenten gestalten Sie ein Seminar, das exakt auf Ihre Situation zugeschnitten ist. Sie entscheiden **selbst, wann und wo** das Seminar stattfindet – in Ihrer vertrauten Umgebung oder online.

> Inhouse-Seminare / Preis auf Anfrage

Maximaler Lernerfolg & höchste Flexibilität für Ihr Unternehmen

Optimal für Unternehmen, die ihren Mitarbeiter:innen gezielte und passgenaue Trainings ermöglichen möchten. Behandelt werden ausschließlich Themen, die im Vorfeld gemeinsam mit Ihnen abgestimmt werden. Jedes Angebot wird **individuell auf die Ziele und Anforderungen Ihres Unternehmens zugeschnitten und kalkuliert**.

Falls Sie Fragen haben oder weitere Informationen Wünschen zögern Sie nicht uns zu kontaktieren.

Telefon: +49 (0)89 89559805

Telefax: +49 (0)89 87577306

eMail: kontakt@SEMINAR-INSTITUT.de

www.seminar-institut.de