

DURCH EMOTIONALE VIELFALT ZUR BEZIEHUNGSKOMPETENZ

Gefühle als Kinder der Bedürfnisse erkennen

PROFIL Führungskräfte und Mitarbeiter, die sich mit dem Thema beschäftigen wollen

ESSENZ Sich selbst und andere in emotionaler Aktion oder Reaktion zu verstehen und damit auch umgehen zu können, das gehört zu den wesentlichen Beziehungskompetenzen im beruflichen Alltag. Solche emotionalen Fähigkeiten eröffnen Führungskräften aber auch Mitarbeitern gute Chancen im alltäglichen Arbeiten miteinander.

In diesem eLearning erfahren Sie, weshalb Gefühle und Emotionen im beruflichen Alltag für das Miteinander eine so wichtige Rolle spielen. Sie erproben, wie Sie einen souveränen Umgang mit eigenen und fremden Emotionen finden. So wird es Ihnen gelingen, in Kommunikations-, Konflikt- und Krisensituationen tragfähige Beziehungen aufzubauen und kritische Herausforderungen konstruktiv zu bewältigen.

INHALTE

- Was sind Gefühle, Emotionen, Bedürfnisse
- Der Zusammenhang zwischen Emotion und sozialer Kompetenz
- Gefühle und Bedürfnisse wahrnehmen, ansprechen, regulieren
- Beziehungsgestaltung durch emotionale Bewusstheit

PRODUKTART eLearning | Dauer: 21 Minuten + eigene Arbeitszeit

VORAUSSETZUNG PC, Kopfhörer oder Lautsprecher am PC, Internet-/Intranetzugang