

# **INTERNATIONAL BUSINESS ACADEMY**

+7 727 328 02 02/03 hotline 24/7

+7 702 777 44 11

## **Эмоциональный интеллект на уровне организации**

### **Программа**

1 день

#### **Тема 1. Что такое эмоциональный интеллект**

- Что такое чувства и эмоции
- Откуда берутся эмоции

#### **Тема 2. Как измеряется эмоциональный интеллект**

- Какие они основные характеристики EQ
- Как работает наше Самосознание
- Как работает наше саморегулирование
- Что есть Мотивация и Эмпатия

#### **Тема 3. Как использовать эмоциональный интеллект в работе**

- Как связаны социальные навыки и EQ
- Какие преимущества EQ
- Как измерить свой EQ и как его развивать

2 день

#### **Тема 4. Самосознание и контроль своих чувств**

- Как увеличить вашу осознанность
- Как EQ других людей влияет на вас
- Как построить продуктивные отношения
- Что такое триггеры и как их создавать или узнавать

## **Тема 5. Уверенность и эмоциональная мотивация**

- EQ для себя (цели, ценности, мотивация)
- Ваш EQ и самоуважение
- Ваш EQ и энергетические уровни
- Ваш EQ и настойчивость
- Ваш EQ и достижение целей

## **Тема 6. Эмоциональный интеллект в команде**

- Узы, которые связывают лучше должностных инструкций
- Модель командной эффективности
- Основных условия командного EQ
- Взаимное доверие
- Чувство групповой идентичности
- Цели команды

# **INTERNATIONAL BUSINESS ACADEMY**

+7 727 328 02 02/03 hotline 24/7

+7 702 777 44 11

Казахстан, город Алматы, ул. Жарокова 318, офис 23

[www.iba.kz](http://www.iba.kz)

[info@iba.kz](mailto:info@iba.kz)