

Emotionales Intelligenz Training

Leben Sie Ihr emotionales Potential?

Wie sie mit weniger mehr bewegen.

Wir laden Sie ein auf eine Entdeckungsreise!

Menschen sind im Kern soziale Wesen, die gerne Miteinander den Alltag sinnstiftend gestalten und die Herausforderungen, die das Leben so bringt, gemeinsam rasch lösen. Gesunde und kraftvolle Beziehungen sind der Schlüssel zum erfüllten Lebendig sein.

Gesunde kraftvolle Beziehungen wiederum leben von hoher Emotionaler Intelligenz.

In unseren Trainings geht es darum unserem Wesenskern ein Stück weit näher zu kommen, dem was Sie in Ihrem inneren wirklich bewegt. Das neu entdeckte in den Berufs- und Privatalltag einfließen zu lassen. Spielerisch und gleichzeitig kraftvoll.

Raus aus dem Alltagstrott - Zeit für sich selbst

Wir schaffen einen gesicherten Emotionsraum in dem Sie sich ausprobieren können. Sie können in ungewohnte Rollen gehen, sich darin erproben und die Wirkung auf Andere erfahren.

Lassen Sie sich von sich selbst überraschen, neugierig auf das was kommt!

Emotionen sind unsere lebendigen Energien. Sie machen den Alltag erlebnisreicher, bunter facettenreicher. Emotionen lassen uns das innere Feuer wieder spüren. Emotionen lassen unser Leben pulsieren.

Warum regelmäßiges Training?

Durch das regelmäßige Training verbessern sich die SocialSkills, das Vertrauen auf die eigenen Impulse, die Empathie, die Fähigkeit mit Konflikten um zugehen, die Fähigkeit Beziehungen im Geschäfts- und Privatleben zu gestalten und es ermöglicht einen effektiven Umgang mit Stress.

Dies wirkt sich auf das innerbetriebliche Beziehungsmanagement ebenso aus, wie auf die Kommunikation nach außen (Netzwerkpflege). Letztlich sind Menschen mit hoher emotionaler Intelligenz auch die, mit denen man gerne zusammenarbeitet.

Der Nutzen

Menschen verhalten sich im emotional „kalten“ Zustand oft sehr anders als in emotional aufgeladenen Situationen. Viele Trainings laufen im „kalten“ Zustand ab. Doch der Motor, der uns bewegt und voranbringt sind die „E-Motion-en“.

Die TeilnehmerInnen erleben und trainieren gelungenes Miteinander und Führung nicht nur in Schönwetterzeiten, sondern auch in emotional geladenen Situationen.

Emotionales Intelligenz Training für Unternehmen

Zielgruppe	<p>All jene, die sich auf regelmäßiges Training einlassen wollen, um authentische lebendige Beziehungen im beruflichen und privaten Alltag zu leben.</p> <p>TeilnehmerInnen aus unterschiedlichen Hierarchien sind vorteilhaft für das Training.</p>
Trainingsinhalt/Ziel	<p>Ziel: Training der Emotionalen Intelligenz. Laut Studien¹ ist die Emotionalen Intelligenz für den Erfolg im Vergleich zu kognitiven und technischen Fähigkeiten doppelt so wichtig. In der spielerischen Leichtigkeit finden Freude, Lebenslust und persönlich kreatives Potential zu neuem Ausdruck und das Miteinander wird als Kraftquelle neu erfahren und entdeckt.</p> <p>Aus den Trainingsinhalten:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aufmerksamkeitstraining, Körper- und Atemübungen • Rollenspiele, um sich in Bezug auf andere zu erfahren • die eigene Präsenz bewusst steigern • Emotion und Empfindung, Wahrnehmung und Ausdruck eigener Gefühle und Gefühle anderer • Erfahrungsorientierte Übungen zu den Themen Vertrauen, Kontakt, Beziehung, Führung, Timing, innere Impulse, Widersprüche, Selbstorganisation • Umgang, provozieren und lösen von Konflikten • Körpersprache und der Zusammenhang mit Emotionen und Gefühlen • Spielerisches Entdecken des eigenen kreativen Ausdrucks • Reduktion auf das Minimum – minimaler Input- maximale Wirkung • Übungen zu Anspannung und Entspannung • Reflexion der Erlebnisse und Erfahrungen • Transfer und Lessons Learned Die persönliche Agenda - Transfer in den Alltag - Konkrete Aufgaben und Umsetzungsschritte
Ort und Teilnehmeranzahl	<p>Seminarraum mit ca. 80-100 m² 8-20 TeilnehmerInnen</p>
Grad der Unkonventionalität	<p>★★★★★</p>
Trainer	<p>DI Dominik Berger und Dipl. Soz. Ursula Molitschnig</p>

¹ Management und Emotionen: Analyse einer ambivalenten Verknüpfung von Barbara Sieben

Inhouse Trainings Optionen

Impuls Workshop – Schnuppern zum Kennenlernen

In einem 3 stündigen Impuls Workshop kann man das Emotionale Intelligenz Training spielerisch und freudvoll im Unternehmen kennenlernen.

Seminar – Einstieg ins Thema

In einem 2-tägigen Seminar kann man gut ins Thema einsteigen und schwerpunktmäßig bestimmte Aspekte vertiefen.

Welche Aspekte der Emotionalen Intelligenz vertieft behandelt werden sollen vereinbaren wir im Vorfeld.

Training – Nachhaltiges trainieren für nachhaltigen Erfolg

Längerfristig angesetztes Training mit einem Einstiegstag, 7 zweistündige Abendeinheiten und einem Abschlusstag. Das Training geht über einen Zeitraum von 4 Monaten.

Es ermöglicht ein vertieftes Trainieren der Emotionalen Intelligenz und optimales integrieren in den Firmen- und Privatalltag.

Offenes Training – heterogene Gruppe

Wir bieten ein offenes Training in einer heterogenen Gruppe an. Emotionale Intelligenz lebt von der Vielfalt. Im Training streben wir eine Vielfalt an unterschiedlichen Persönlichkeiten und Hierarchieebenen an. Von der Top Führungskraft bis zu MitarbeiterInnen aus unterschiedlichen Bereichen und Unternehmen.

TrainerInnen und Partner

DI Dominik Berger

„Angst verlieren ist die Basis für Weiterentwicklung“

Geschäftsführer der Firma 2be1 Consulting und der Firma Business KONSENS ist Unternehmer, Unternehmensberater, Facilitator, Business SK-Moderator, Trainer und systemischer Coach.



Er begleitet Gruppen bei Ihren Team- und Entscheidungsprozessen mit „Systemischem Konsensieren für Unternehmen“ und Theatertrainingsmethoden. Er ist Energetiker, Trainer, mentorischer Männerarbeiter und Obmann des Vereins „einfach Mann“, und Lektor an der TU Graz und Fachhochschule CAMPUS 02 und ist Mitentwickler von „Spielend führen – was wir Manager vom Theater lernen können“.

www.2-be-1.com, www.businesskonsens.eu

Kontakt: dominik.berger@2-be-1.com

Dipl. Soz. Ursula Molitschnig

“Durch das worauf Du Deine Aufmerksamkeit richtest, bestimmst Du selbst über Deine Lebensqualität.”

Landesleitung RAINBOWS Steiermark, Trainerin für Businesstheater, Schauspielerin bei Produktionen für Theater Asou und rosenRot Erzähltheater, Leiterin verschiedener internationaler theaterpädagogischer Projekte (Ungarn, Slowenien, Italien u. a.).



Frau Molitschnig begleitet seit 1994 Gruppen im Trainingsbereich LFI, BFI, BIT, Wifi und in der Wirtschaft. Sie ist auch tätig als Klangpädagogin, Energetikerin und Rituelle Prozessbegleiterin.

<http://www.rainbows.at/bundeslaender/steiermark/start.php>