

# Emotionale Intelligenz am Arbeitsplatz

CEGOS SWISS. ONE ESSENTIAL AT A TIME.



## Was bringt es mir?

**Untersuchungen haben gezeigt, dass Menschen mit hoher emotionaler Intelligenz besser ausgestattet sind, um mit den vielfältigen Herausforderungen am Arbeitsplatz umzugehen, bessere Beziehungen aufzubauen und den unternehmerischen Erfolg zu steigern.**

Emotionale Intelligenz (=EQ / EI) ist eine entscheidende Kompetenz in der heutigen schnelllebigen und dynamischen Arbeitswelt und ermöglicht es den Menschen, komplexe zwischenmenschliche Beziehungen agil und effektiv zu pflegen. Indem die Mitarbeitenden agile EQ-Mindsets erkennen und annehmen, können sie ihre zwischenmenschliche Effektivität, ihre Führungskompetenzen und ihre gesamte Arbeitsleistung verbessern.

Unsere Learning Journey zu Emotionaler Intelligenz am Arbeitsplatz vermittelt den Teilnehmenden das Wissen und die Tools, um ihre EI zu verbessern, was stabilere Beziehungen, bessere Kommunikation und intensiveres Teamwork fördert. Durch Kenntnis und Einsatz der acht Agilen EQ-Mindsets können die Teilnehmenden ihre Interaktionen so anpassen, dass sie den Anforderungen in vielfältigen Situationen entsprechen, was die Zusammenarbeit, Innovationen und den gesamten Erfolg am Arbeitsplatz verbessert.

## Wer sollte teilnehmen?

Alle Beschäftigten des Unternehmens.

## Gut zu wissen:

Es gibt

### **acht Agile EQ-Mindsets**

die allesamt zur Steuerung der eigenen Interaktionen eingesetzt werden können. Kein Mindset ist wertvoller als die anderen; vielmehr bestimmen die Anforderungen in der konkreten Situation, was geeignet ist.

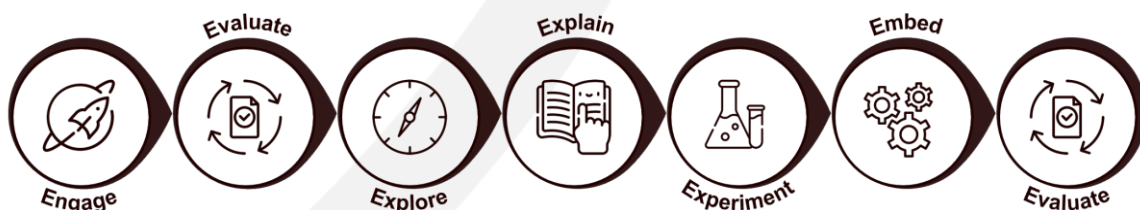
Das Erlernen, wann

### **und wie das jeweilige Mindset angewendet wird,**

ermöglicht einen agilen Ansatz bei Interaktionen.

## Cegos Lernkonzept

Wir verwenden das ganzheitliche und dynamische Cegos Lernkonzept, um Learning Journeys aufzubauen, die mehr als nur ein Bewusstsein für Kompetenzen und Fähigkeiten entwickeln.



**Jede Journey bringt die Lernenden dazu, über das reine Wissen hinaus zu lernen, Schritt für Schritt zu erforschen, zu experimentieren und das Gelernte zu verankern, indem sie ihre Fähigkeiten in Leistung umsetzen.**

# Emotionale Intelligenz am Arbeitsplatz

CEGOS SWISS. ONE ESSENTIAL AT A TIME.

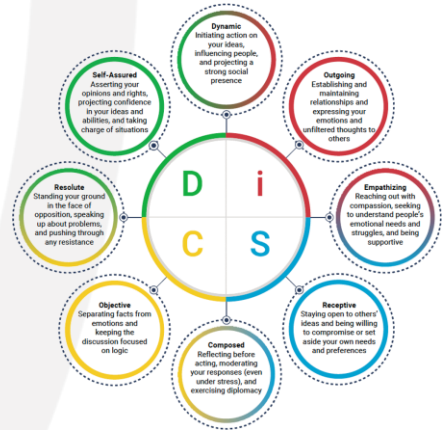


## Durch das Absolvieren dieser Learning Journey werden die Teilnehmenden:

- Ein umfassendes Verständnis von emotionaler Intelligenz und ihrer Bedeutung am Arbeitsplatz entwickeln, insbesondere für die Pflege positiver Beziehungen und die Verbesserung des Unternehmenserfolges.
- Fertigkeiten beim Erkennen und Anwenden der acht Agilen EQ-Mindsets entwickeln, was sie in die Lage versetzt, auf vielfältige zwischenmenschliche Situationen und Herausforderungen effektiv zu reagieren.
- Lernen, ihre Standard-Mindsets zu identifizieren und zu erkennen, wie diese ihre Reaktionen und Interaktionen in verschiedenen Kontexten beeinflussen.
- Die Mindsets der Empathie, Aufgeschlossenheit und Aufnahmebereitschaft als Bestandteil ihrer Komfortzone untersuchen und deren Auswirkungen auf ihr Verhalten und ihren Kommunikationsstil verstehen.
- Strategien zur Erweiterung ihres Mindset-Repertoires erlernen, was es ihnen ermöglicht, ihre Komfortzone zu verlassen und ihren Ansatz an die Anforderungen verschiedener Personen und Situationen anzupassen.
- Die emotionalen und gesellschaftlichen Anforderungen, welche die konkreten Mindsets bei ihnen fördern, sowie die Vorzüge und möglichen Beschränkungen, die mit jedem Mindset einhergehen, verstehen.

**#MAKINGADIFFERENCE**

## Ein erprobtes Modell:



## Digital Learning:

- [Impact of emotions in the workplace](#)
- [Controlling your emotions](#)

## Lernformate:



Blended Learning zugänglich [LearningHub](#).



Kann in **Präsenz und/oder virtuell** erfolgen, wie es Dir und deinen Teilnehmenden am besten passt.

## Dauer: Gesamte Lerndauer 14 Std.



**6 Stunden** angeleitetes Lernen.



**8 Stunden** selbstgesteuertes Lernen und Lernen am Arbeitsplatz.

REF: EIW

[www.cegos.ch](http://www.cegos.ch) | [info@cegos.ch](mailto:info@cegos.ch)

„Mindsets formen Reaktionen und Interaktionen.“

**#TIL**

Today I Learned