Emotionele intelligentie op de werkvloer

DOELSTELLINGEN

Samenwerken wordt niet voor niets als één van dé belangrijkste skills van het moment genoemd. Het werken in teams stelt ons in staat om snel te schakelen, te innoveren en efficiënter te werken. Bovendien zijn we met z'n allen meer en meer op zoek naar 'belonging' op de werkvloer. Dit alles roept om emotioneel intelligent handelen.

Dit betekent dat we onze eigen ambities en drijfveren kennen, de emoties van onze collega's begrijpen en kunnen plaatsen én deze samen te bundelen om een gemeenschappelijk doel te behalen. Het goede nieuws is dat dit iets is wat we kunnen trainen!

Het doel van de opleiding is om:

- stil te staan bij het effect van jouw emotionele intelligentie op jouw professioneel leven;
- in te gaan op zelfkennis en zelfregulatie;
- het perspectief van je gesprekspartner te leren begrijpen;
- samen in gesprek te gaan om een gemeenschappelijk doel te bereiken.

SAMENVATTING

Categorie:

- Persoonlijke ontwikkeling

Niveau:

Basic

Type opleiding:

Klassikale opleiding

Prijs:

In kader van paritair initiatief, worden de paritaire prijsrichtlijnen toegepast.

DOELGROEP

De opleiding kan gevolgd worden door zowel medewerkers als leidinggevenden.

VEREISTE VOORKENNIS

Personal development opleiding: deze opleiding vereist geen specifieke voorkennis.

Vereiste voorkennis: Deze opleiding vereist geen specifieke voorkennis, maar wel een grondige voorbereiding op het interactief moment aan de hand van een E-learning.

PROGRAMMA

INHOUD

E-learning: E-book Emotionele intelligentie *(duurtijd 2 uur)*

- Zelf-bewustzijn
  - Over emoties en het brein
- Het script
  - Over rollen en triggers
- Zelf-regulatie
  - Over uitschieters en bochten missen
- Emotionele verantwoordelijkheid
  - Over jouw intentie en kompas
- De laatste stap
  - Van reacties naar responses

Lesdag: Emotionele intelligentie op de werkvloer

Tijdens deze learning journey bekijken we hoe jij emotionele intelligentie kan aanwenden als drijfveer.

- EQ als skill for the future?
  - Het nut van EQ op de werkvloer?
  - Een zoektocht naar 'belonging'?
- Me, myself and I
  - Zelfkennis: hoe ziet mijn handleiding eruit?
  - Zelf-regulatie: hoe kan ik me sturen?
- Aansluiten bij de ander
  - Empathie voor dummies
  - Omgaan met tegenwind
  - Constructief kritiek uiten
- Q&A moment

PRAKTISCHE INFORMATIE

- **Duurtijd:** E-learning (2 uur) + 1 lesdag (6 lesuren)
- **Uren:** 09:00 tot 16:30
- **Plaats:** Febelfin Academy: Phoenix building, Koning Albert II-laan 19, 1210 Brussel
- **Voorbereiding**: Doorloop de E-learning alvorens deel te nemen aan de klassikale opleiding. Het interactief moment is bedoeld ter ondersteuning van de kennis opgedaan in de E-learning.

METHODOLOGIE

Een **'Klassikale opleiding'** volg je in groep. Je bent samen met de andere deelnemers en de docent aanwezig op een afgesproken tijdstip in hetzelfde leslokaal. Er is mogelijkheid tot interactie en feedback, zowel van de deelnemers naar de docent toe als omgekeerd. Het lesmateriaal bestaat als basis uit een presentatie via het MyFA leerplatform , aangevuld met diversen zoals (digitale syllabus, presentatie, audiovisuele fragmenten, …).

Type opleiding: Hybride

Tijdens onze hybride opleidingen combineren we zelfstudie (E-learning) met een interactieve component (klassikale opleiding of live webinar). Tijdens de interactieve sessie ligt de focus op het inoefenen van de materie en het werken met cases uit de praktijk.

Opleidingsmateriaal:

- PowerPoint presentatie;
- E-book met samenvatting en oefeningen.