



Inteligencja emocjonalna w relacjach zawodowych

Numer usługi 2024/09/05/10940/2295511

2 152,50 PLN brutto

1 750,00 PLN netto

239,17 PLN brutto/h

194,44 PLN netto/h

Ernst & Young
spółka z
ograniczoną
odpowiedzialnością
Academy of
Business sp. k.



📍 Warszawa / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 9 h

📅 12.11.2024 do 12.11.2024

Informacje podstawowe

Kategoria	Biznes / Zarządzanie zasobami ludzkimi
Sposób dofinansowania	wsparcie dla osób indywidualnych wsparcie dla pracodawców i ich pracowników
Grupa docelowa usługi	Szkolenie dedykowane jest wszystkim, którzy chcą doskonalić swoje relacje z innymi i umieć zarządzać swoimi emocjami.
Minimalna liczba uczestników	6
Maksymalna liczba uczestników	8
Data zakończenia rekrutacji	08-11-2024
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	9
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Certyfikat systemu zarządzania jakością wg. ISO 9001:2015 (PN-EN ISO 9001:2015) - w zakresie usług szkoleniowych

Cel

Cel edukacyjny

Szkolenie „Inteligencja emocjonalna w relacjach zawodowych” przygotowuje uczestnika do świadomego zarządzania emocjami swoimi i innych w relacjach zawodowych, poprzez zastosowanie skutecznych technik rozpoznawania emocji i

reagowania na nie w sposób obniżający napięcie w rozmowie.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik posiada wiedzę w zakresie radzenia sobie z emocjami.	<ul style="list-style-type: none">- definiuje inteligencję emocjonalną- omawia emocje swoje i innych- charakteryzuje przyczyny trudności we współpracy- analizuje przyczyny podejścia rywalizacyjnego- identyfikuje metody rozwijania inteligencji emocjonalnej	<p>Wywiad swobodny</p> <p>Obserwacja w warunkach symulowanych</p>
Uczestnik wykorzystuje skuteczne techniki identyfikacji emocji i radzenia sobie z nimi.	<ul style="list-style-type: none">- wprowadza zasady zarządzania emocjami w sytuacjach trudnych- wdraża techniki rozpoznawania emocji i reagowania na nie- stosuje praktyczne metody włączania myślenia i obniżania poziomu napięcia w rozmowach- wykorzystuje poznawcze, motywacyjne i behawioralne składowe inteligencji emocjonalnej w codziennej pracy- prowadzi komunikację wewnętrzną- monitoruje obsługę klienta	<p>Wywiad swobodny</p> <p>Obserwacja w warunkach symulowanych</p>

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji zawiera opis efektów uczenia się?

Dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji zawiera opis efektów uczenia się.

Pytanie 2. Czy dokument potwierdza, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji?

Dokument potwierdza, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji.

Pytanie 3. Czy dokument potwierdza zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

Dokument potwierdza zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji.

Program

PROGRAM

Co kształtuje nasze emocje?

- Postrzeganie rzeczywistości a emocje
- Czy potrafisz rozpoznawać emocje swoje i innych?
- Mój typ przeżywania emocji – autoanaliza

Inteligencja emocjonalna w miejscu pracy?

- Co to jest inteligencja emocjonalna? Kilka słów o inteligencji emocjonalnej i społecznej
- Poznawcze, motywacyjne i behawioralne składowe inteligencji emocjonalnej w codziennej pracy
- Metody rozwijania inteligencji emocjonalnej w codziennych relacjach zawodowych

Inteligencja emocjonalna w rozwiązywaniu sytuacji trudnych

- Życie w grupie – jakie to trudne! Sytuacja współzależności jako źródło trudności
- Przyczyny podejścia rywalizacyjnego oraz sposoby zapobiegania takiemu sposobowi działania. Co nas nakręca i jak temu przeciwdziałać?
- Zasady zarządzania emocjami w sytuacjach trudnych
- Praktyczne metody włączania myślenia i obniżania poziomu napięcia w rozmowach – ćwiczenia

Czas trwania:

Szkolenie trwa **9 godzin dydaktycznych** (tj. 45 minut). Podana ilość godzin szkolenia nie zawiera czasu przerw.

Walidacja:

W trakcie szkolenia przeprowadzana będzie walidacja w formie wywiadu swobodnego oraz obserwacji w warunkach symulowanych.

Osoba walidująca, waliduje usługę w formie zdalnej, po jej zakończeniu, w oparciu o checklistę od trenera prowadzącego usługę, a następnie potwierdza osiągnięcie efektów kształcenia swoim podpisem na zaświadczeniu o zakończeniu udziału w usłudze rozwojowej.

W harmonogramie szkolenia, został wskazany przybliżony czas przeprowadzenia walidacji usługi rozwojowej.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 8

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 8 Co kształtuje nasze emocje? cz. 1	Ewa Opolska	12-11-2024	09:00	11:00	02:00
2 z 8 Przerwa	Ewa Opolska	12-11-2024	11:00	11:15	00:15
3 z 8 Co kształtuje nasze emocje? cz. 2	Ewa Opolska	12-11-2024	11:15	13:00	01:45
4 z 8 Przerwa	Ewa Opolska	12-11-2024	13:00	14:00	01:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
5 z 8 Inteligencja emocjonalna w miejscu pracy?	Ewa Opolska	12-11-2024	14:00	15:00	01:00
6 z 8 Przerwa	Ewa Opolska	12-11-2024	15:00	15:15	00:15
7 z 8 Inteligencja emocjonalna w rozwiązywaniu sytuacji trudnych	Ewa Opolska	12-11-2024	15:15	16:30	01:15
8 z 8 Walidacja usługi	-	12-11-2024	16:30	17:15	00:45

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	2 152,50 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	1 750,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	239,17 PLN
Koszt osobogodziny netto	194,44 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Ewa Opolska

Przeprowadza firmy i ludzi przez zmiany, szkoląc i prowadząc projekty rozwojowe. Realizuje dłuższe cykle (akademie menedżerskie, programy talentowe) wspierające konkretne cele biznesowe. Jej pasją zawodową jest uczenie praktycznego zastosowania narzędzi budowania współpracy w firmie i technik kreatywnego rozwiązywania problemów. Współpracuje z EY Academy of Business od 2001 roku.

Jest absolwentką Szkoły Głównej Handlowej w Warszawie i stypendystką rządu kanadyjskiego w programie MBA dla pracowników naukowych na Université du Québec w Montrealu. Występowała w TVN CNBC Biznes (cykliczne audycje telewizyjne), TVP i Polskim Radiu jako ekspert w zakresie działań marketingowych, sprzedażowych oraz umiejętności menedżerskich. Przeprowadziła ponad

10 000 godzin szkoleń. Specjalizuje się w tematach z zakresu zarządzania zmianą, komunikacji i współpracy w zespole, budowania autorytetu oraz technik kreatywnego rozwiązywania problemów.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Każdy z uczestników otrzyma komplet materiałów szkoleniowych w formie skryptu.

Informacje dodatkowe

Harmonogram godzinowy szkolenia każdorazowo dostosowywany jest do grupy szkoleniowej.

Godziny realizacji poszczególnych modułów szkolenia mogą ulec zmianie.

Adres

al. Armii Ludowej 26
00-609 Warszawa
woj. mazowieckie

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi
- Laboratorium komputerowe
- W budynku znajduje się: parking dla rowerów, poczta, restauracja, firma kurierska, kiosk.

Kontakt



Marcelina Stempak

E-mail marcelina.stempak@pl.ey.com

Telefon (+48) 573 806 630