

الذكاء العاطفي

الفئة المستهدفة

كل من يرغب في اكتساب الوعي بأساسيات الذكاء العاطفي وتعلم بعض التقنيات لإدارة ذكائهم العاطفي والتنمية وخلق النجاح.

أهداف البرنامج

والهدف من هذه الدورة هو توجيه المتعلمين لاتخاذ قرارات متأنية عن أدائهم وعلاقتهم مع الآخرين. وتشير البحوث إلى أن ضبط العواطف ، والتفاهم معها واتخاذ التصرفات المناسبة ، يمكن أن تزيد من النجاح في جميع مجالات الحياة ، بما في ذلك الأداء الوظيفي . و من منظور الأعمال التجارية ، فالذكاء العاطفي هو الأقدر على التطوير التنظيمي وتطوير الناس لأنها يمكن أن توفر وسيلة جديدة لفهم وتقييم سلوك الناس ، وأساليب الإدارة ، والمواقف ، ومهاراتهم ، وإمكانياتهم.

محتويات البرنامج

مقدمة عن الذكاء العاطفي

مقدمة عن مفهوم الذكاء العاطفي

الذكاء العاطفي مقارنة بالذكاء العقلي

الوعي الذاتي

معرفة الذات

التعرف علي الإشارات العاطفية

جرد العاطفة الشخصية

الأخلاق الشخصية والتنظيمية

الذات بالنسبة إلى الآخرين

مهارات الحزم

إدارة الصراع

ادارة الضغوط

معوقات الذكاء العاطفي

فهم الذات والآخرين

مسائل عن احترام الذات

إدارة الغضب

لمحة عن الفردية

مفهوم الحزم

مفهوم الحزم

ما هو الحزم في الممارسة العملية؟

الركائز الأساسية للحزم

أنواع السلوك

ماذا يفعل و يقول الناس الحازمين ؟

الوعي الذاتي

ما هي المشاعر؟

لماذا نحن عاطفيين؟

كيف يحدث "التأثير العاطفي" ؟

كيف تشغل الدماغ العواطف ؟

كيف تدرك الدماغ العالم؟

إدارة الذات

كيفية الاستفادة من طاقة التفاوض؟

كيف تدبر غضبك على نحو فعال؟

كيفية السيطرة على القلق؟

الدافع الذاتي

كيف تحفيز نفسك؟

كيفية تجنب اللامبالاة؟

كيف تكون مبدعا؟

التعاطف

كيف تتواصل عاطفيا مع الآخرين؟

ما هو علم وظائف الأعضاء الخاص بالاتصال بنحو عاطفي؟

الوعي الاجتماعي

كيفية الحصول على تفاعلات فعالة علي مستوي المجموعة ؟

كيف تصغي بشكل إيجابي؟

ما هي " الأنواع السلبية للاستماع "؟

كيف ترفع الوعي الاجتماعي الخاص بك من خلال الاستماع؟

ادارة العلاقات

ما هي " الحاجات الستة البشرية"؟

كيفية التعرف على حاجات الآخرين ورغباتهم؟

كيفية تصنيف الناس على أساس احتياجاتهم لجعل استنتاجاتك مفيدة لمتابعة إجراءاتك؟

هذه الشهادة تتطلب حضور لا يقل عن ٩٠ ٪ من مجموع المحاضرات.

المواد : مذكرات باللغة الانجليزية

المدة : 18 ساعة