

# ČUSTVENA INTELIGENCA V PRAKSI

## Program za osebni razvoj s čustveno inteligenco

Modularni program, ki se osredotoča na krepitev šestih kompetenc čustvene inteligence in na njeno izražanje v vsakdanjem življenju. Naučite se kako imate lahko na druge bolj pozitiven vpliv, kako lahko bolje poskrbite za svoje dobro počutje in doživljate manj stresa - doma in v službi.

Raziščite in razvijte svojo čustveno inteligenco. Veščine, ki jih boste krepili, vam bodo pomagale, da boste postali ne le boljši sodelavec, temveč tudi boljši prijatelj, starš in partner.

Da smo največji strokovnjaki danes ne pomeni nič, če se ljudje okoli nas ne čutijo varne in je z nami težko sodelovati. Tudi ne pomeni kaj dosti, če se ne znamo ustrezno izražati, umiriti in soočati s stresom.

Naša ključna dodana vrednost danes se skriva v sposobnosti vzpostavljanja dobrih odnosov, gradnji zaupanja, naši prožnosti in izražanjem tistih človeških veščin, ki jih ne more nadomestiti umetna inteligenca. Čustvena inteligenca postaja ena najpomembnejših veščin za osebni in poslovni uspeh.

Z razvojem čustvene inteligence se lažje in učinkoviteje soočamo z izzivi sodobnega delovnega okolja in zmoremo graditi boljše medosebne odnose.



# Česa boste deležni:

- **Spoznanj iz sveta nevroznanosti in razumevanja učinka čustev**  
Čustva imajo pomemben učinek na nas - na naše razmišljanje in vedenje. Spoznali boste kaj o tem pravi stroka in kako lahko to zavedanje uporabite sebi v prid.
- **Praktičnega razumevanja kaj je čustvena inteligenca**  
Nič več neotipljivih pojmov - spoznali boste kompetenčen model Genos in raziskali konkretna vedenja, s katerimi v delovnem okolju izražamo čustveno inteligenco.
- **Dvakratne meritve izražanja čustvene inteligence v delovnem okolju z mednarodno priznanimi in nagrajenimi orodji Genos**  
Na začetku programa boste izpolnili meritev v obliki samoocene IN prejeli še povratne informacije od sodelavcev glede tega v kolikšni meri izražate čustveno inteligenco v delovnem okolju. Po koncu programa bomo meritev ponovili, da boste lahko ovrednotili vaš napredek in si načrtali smer za nadaljnjo osebni razvoj.
- **Poglobljenega razumevanja samega sebe in drugih**  
V program so vključena tudi spoznanja iz področja raznolikih osebnosti, zato boste še boljše spoznali samega sebe ter s spoznavanjem drugih krepili svojo empatijo.
- **Razvoja veščin za učinkovitejše obvladovanje stresa in za krepitev lastnega blagostanja**  
Z več čustvene inteligence se boste učinkoviteje soočali z delovnimi in tudi osebnimi izzivi in tako boljše poskrbeli tudi za lastno zdravje in dobro počutje.
- **Spletnega dostopa do osebnega digitalnega Genos poročila**  
Tako po meritvi izražanja čustvene inteligence boste prejeli dostop do svojega digitalnega Genos poročila. S pomočjo vodene interpretacije rezultatov boste lahko pregledali svoje rezultate in kreirali akcijski načrt, na katerem boste lahko delali skozi celoten program in še po njem.
- **24 ur izrazito praktičnih in zanimivih delavnic**  
V šestih delavnicah, polnih raznolikih vaj in aktivnosti, boste vadili, razpravljali, razmišljali in še kako drugače aktivno krepili veščine čustvene inteligence. Delavnice (v živo in/ali preko Zooma) se izvajajo se v 3-4 tedenskih razmikih.
- **3h individualnega coachinga**  
Za podporo pri osmišljanju in razumevanju rezultatov svojega Genos poročila in učinkovitejšo pretvorbo spoznanj v konkretna dejanja in hitrejši osebni razvoj. Coaching se lahko izvede v živo ali preko Zoom-a.
- **Podpore in svetovanja za učinkovitejšo uporabo pridobljenega znanja**  
Tekom celotnega programa sem vam na voljo za podporo in vprašanja.

# O izvajalki



Sem EMCC certificirani coach in trener za osebni razvoj. Ljudem pomagam pri vzpostavljanju prijetnejših in pristnejših medsebojnih odnosov in razvoju kompetenc čustvene inteligence.

Sem ena prvih trenerjev, ki sem v Sloveniji postala certificirani Genos EI praktik za razvoj čustvene inteligence v delovnem okolju.

Sem tudi certificirana trenerka za uporabo orodij za osebni razvoj SDI 2.0. in DISCFlow, NLP praktik in certificirana facilitatorka skupinskih delavnic.

Moje prepričanje je, da ljudje niso najdragocenejši vir, niti ne srce organizacije.

Ljudje so organizacija.

Organizacija ne razmišlja, čuti in ustvarja. To delajo ljudje. Svet ustvarjamo v stiku z drugimi, vstopamo in gradimo medosebne odnose in vselej ob tem nekaj občutimo.

Ko torej govorimo o razvoju organizacije ali poslovanja, vselej govorimo o razvoju ljudi.

Največja konkurenčna prednost vsake organizacije se zato skriva v trajnostnem razvoju zaposlenih in vodij na vseh nivojih, v njihovem zadovoljstvu, blagostanju in predvsem v razvoju njihovih medosebnih veščin.

*Urška Gerbajs*



Program Vodenje s čustveno inteligenco je edinstven program, ki ga je oblikovalo podjetje Genos International, vodilni in globalni ponudnik učnih in razvojnih rešitev s področja čustvene inteligence. Program lahko izvajajo le certificirani Genos EI praktiki.