



Duygusal Zekayı Güçlendirme ve Empati Becerileri Eğitimi

YL2514

Eğitim Amacı

Katılımcıların duygusal farkındalıklarını, empati yeteneklerini ve sosyal ilişkilerde etkin iletişim becerilerini geliştirerek, iş ortamında daha güçlü ve güvene dayalı ilişkiler kurabilmelerini sağlamaktır.

Eğitim Detayları

Kurumsal Eğitim
 Kapalı Grup / Bire-bir
 Online Yüz Yüze

Eğitim Süresi: 1 Gün / 6 Saat
 Sertifika: Katılım Sertifikası
 Eğitim Takvimi: Hİ / HS

Eğitim İçeriği

Duygusal Zeka Temelleri

- Duygusal zekanın tanımı ve iş hayatındaki önemi
- Kendi duygularını fark etme ve yönetme
- Duygusal zekanın liderlik ve karar alma süreçlerindeki rolü
- Duygusal zekâ ve stres yönetimi ilişkisi

Hedef Kitle

Yöneticiler, takım liderleri, insan ilişkilerini geliştirmek isteyen profesyoneller ve ekip yönetiminde etkili olmak isteyen herkes.

Empati ve Sosyal Farkındalık

- Empati kavramı ve türleri
- Başkalarının duygularını anlamak ve değer vermek
- İletişimde empatiyi etkin kullanma
- Sosyal farkındalıkla ekip uyumunu artırma

Duygusal Zekayı Geliştirme Yöntemleri

- Kendini gözlemleme ve duygusal geri bildirim alma
- Bilişsel esneklik ile duyguları yönetme
- Olumsuz durumlarda soğukkanlılık ve empatiyi sürdürme
- İlişkilerde çatışmayı yapıcı şekilde çözme

Empati ile İletişim ve Etkileşim

- Aktif dinleme ve doğru geri bildirim teknikleri
- Empatik iletişim ile güven ve bağlılık oluşturma
- Takım içi etkileşimi güçlendirme
- Empati ile liderlik becerilerini artırma

Uygulamalar ve Vaka Çalışmaları

- Gerçek iş senaryoları üzerinden empati ve duygusal zekâ egzersizleri
- Rol canlandırmaları ve bireysel refleksiyonlarla aksiyon planı oluşturma

