AldEkon.cz s.r.o.
Prostějovská 34
798 17 Smržice
www.aldekon.cz

EMOČNÍ INTELIGENCE - DYNAMIKA EMOCÍ

Program kurzu

Naučte se využívat emoce jako zdroj energie.

Najděte v sobě schopnost nabudit sebe a ostatní lidi k žádoucím emocím.

Poradíme Vám, jak vytvářet energii tahu na branku.

Čemu se budeme na semináři věnovat:

Svět emocí,
sebepoznání,
vedení,
řízení,
osobnost,
sebeuvědomění.

Co Vám účast na semináři přinese:

Naučíte se emoce rozeznávat, pozorovat na svém těle, pojmenovat je a usměrňovat jejich energii.
Naleznete motivaci ke zvýšení schopností, odpovědnosti a moci nad svým osobním i pracovním životem.
Budete umět rozlišit jak ovlivnit ovlivnitelné, odlišit od neovlivnitelného a neztrácet tak energii.
Naučíte se pracovat se stresem = psychohygiena = SEBEPOZNÁNÍ.
Ukážeme Vám praktické nástroje na regulaci energie emocí.

Každý účastník obdrží osvědčení o absolvování semináře a odborné materiály zpracované lektorem.

V ceně je zahrnut oběd i občerstvení.

Pokud jste firma s povinností zaměstnávat osoby se zdravotním postižením , vystavíme vám při odebrání našich služeb potvrzení o náhradním plnění, čímž si můžete naše služby zlevnit až o téměř 63 000 Kč za rok.

Úroveň kurzu **1 – Základní**

Časová náročnost **7 hodin**

Žádné termíny.

Školit vás budou

Ševčíková Jitka, MBA



23 let působila v korporátním světě a zahraničním obchodě, posledních 9 let v oblasti špičkových informačních technologií, vystudovala ekonomii, marketing, v letech 2006 – 2009 emoční leadership v EU projektu LESK (lektor emočních a sociálních kompetencí). Od roku 2011 lektoruje semináře z oblasti redukce stresu, prevence syndromu vyhoření, techniky zdravého spánku, konflikt management, kultivované komunikace a psychohygieny. Mezi její klienty patří např. T-Mobile, JUST, Bayer, Česká spořitelna, HP Tronic, ETA, Rané péče, Dixons Carphone, Johnsons and Johnsons, Moneta, Ernst and Young, Policie ČR, a další. V roce 2014 byla nominována na Ženu roku a Lektorku roku. V roce 2017 převzala na festivalu Všem ženám ocenění Ostara za celospolečenský přínos. Pořádá semináře v exotických destinacích (Mauricius, Maledivy, Srí Lanka, Indonésie, Filipíny...). Je autorkou celorepublikového projektu Barevný anděl. Aktivně se zabývá charitativní činností, benefičními akcemi. Je spoluautorkou knihy S láskou i rozumem o emoční inteligenci rodičů a dětí (C Press 2015), publikuje v mnoha médiích, spolupracuje s Českou televizí, Českým rozhlasem a s webem psychologie.cz Hostuje v zajímavých podcastech: hladinaalfa.cz/podcasty. Spolu s kolegy založili platformu Family Business Academy pro vzdělávání rodinných a majetných firem.