

# PARLA®-Trainings

## Emotionale Intelligenz

### Empathisch kommunizieren

#### Ziele

Dauerhaft erfolgreiche Menschen besitzen nicht nur Fachkompetenz, sondern verfügen vor allem über eine hohe Emotionale Intelligenz. Es geht hierbei um die Fähigkeit, Emotionen in Bezug auf sich selbst und andere Menschen wahrzunehmen, auszudrücken, zu verstehen und sinnvoll damit umzugehen.

Emotionale Intelligenz ist eine Kombination von Einzelfähigkeiten, die erlernbar sind. Der wirkungsvolle Einsatz von Emotionaler Intelligenz lässt sich fortwährend verfeinern und eröffnet Ihnen im Businesskontext und Privatleben wertvolle Vorteile.

#### Ihr Nutzen

Sie lernen die Grundlagen zur Emotionalen Intelligenz kennen und üben Ihre Selbstwahrnehmung. Sie trainieren, mit den eigenen Gefühlen und denen der anderen bewusster und sensibler umzugehen und üben, Ihre verbale und nonverbale Kommunikation professionell und partnerorientiert einzusetzen.

#### Inhalte

- Emotionale Intelligenz – Grundlagen
- Selbstwahrnehmung – Abgleich Selbst- und Fremdwahrnehmung
- Selbstregulierung – Wie Sie Ihre Emotionen steuern
- Empathie – Wie Sie Ihre Achtsamkeit schärfen
- Motivation – „In Dir muss brennen, was Du in anderen anzünden willst“
- Selbsterkenntnis verbessern – Authentisch auftreten und kommunizieren

#### Methoden

Live-Übungen mit Einzel-Feedback, Impulse durch die Trainerin, Erarbeitung im Plenum, Diskussion, praktische Übungen, Einzel- und Gruppenarbeit. Praktische Tipps für den Berufsalltag.

#### Trainerin

Christine Maurer-Rödig, Image- und Persönlichkeits-Coach

- geb. 1973, Wohnort: Heppenheim
- seit 2004 Expertin für Persönlichkeits-Entfaltung, Image-Entwicklung und Selbstmarketing
- Business Coach (FaktorP®), Imageberaterin, Farb-, Typ- und Stilberaterin (BIL®), Knigge-Trainerin (TypAkademie®)
- methodische Arbeit mit Seminarschauspielern (liz. Institut Synergie); Train-the-Trainer-Ausbildung (CoYoTrain)
- Potenzialanalyse und -entwicklung; psychologische Kommunikation, Psycho-Physiognomik, Körpersprache bei Samy Molcho

Dieses Training können Sie auch als **Einzelcoaching** bei Frau Maurer-Rödig buchen. Hier wird Frau Maurer-Rödig ganz speziell auf Ihre Bedürfnisse und Anforderungen eingehen. Sprechen Sie uns einfach an.



PARLA



PARLA  
INTERNATIONAL



EXECUTIVE  
COACHING

#### Datum

auf Anfrage

#### Ort

auf Anfrage

#### Dauer

auf Anfrage

#### Trainerin



Christine Maurer-Rödig

#### Teilnehmeranzahl

max. 8 Teilnehmer/innen

#### Investition

nach Vereinbarung

#### Zielgruppe

auf Sie abgestimmt.