

Utbildning i Emotionell Intelligens

TA TEAMET PÅ TVÅ HALVDAGARS
INSPIRATION OCH SJÄLVINSIKT

SKAPA

BRA

KANSLOR



**DU BLIR BRA
PÅ DET DU
TRÄNAR!**

VAD NI FÅR MED ER

- Insikt i hur hjärna fungerar i samarbete med andra.
- Verktyg för att bygga bra känslor - i dig och i samarbetet med andra.
- En egen EQ barometer och en timmes samtal med en coach som ger självinsikt och nya strategier. Samt en egen profil på unika styrkor.

EMOTIONELL INTELLIGENS -
FÖRMÅGAN ATT RELATERA TILL SIG SJÄLV, ANDRA
OCH DET LIVET MÖTER OSS MED.



www.kandidata.se

Vi har certifierat >500 coacher och rekryterare i Norden på EQ. Vi kombinerar forskning med praktiska övningar.

UPPLÄGG

Förslag på upplägg är en utbildning på två halvdagar där alla deltagare först gör en EQ-barometer på ca 20 minuter och bokar in ett samtal (digitalt) med en certifierad EQ-coach. Under samtalet återkopplas den egna EQ-profilen och tillsammans reflekteras över vilka framgångsstrategier som individen har störst nytta av. Dessutom bjuder vi på en egen styrkeprofil, enligt forskningen på personlighet (Big Five). Hela gruppen möts under en sammanhängande eftermiddag och förmiddag för att både inspireras, utbildas och öva sin förmåga i emotionell intelligens.

INNEHÅLL

Dag 1 med föreläsning och övningar.

- Den sociala varelsen och känslan.
- Vad Emotionell Intelligens (EQ) är och forskningen relaterat till välmående och samarbete.
- Kognition och Känsla - hur jag balanserar bra beslut.
- Vi är olika!

Dag 2 med föreläsning och övningar.

- Empati och den andres perspektiv.
- Att utveckla min EQ.
- Att hantera känslan, minska dåliga och öka de bra.
- Samarbete och mitt bidrag.

COACH & UTBILDARE

Bodil Jonason kommer att genomföra detta uppdrag. Hon är certifierad utbildare i EQ-i2.0, NLP Master, ICF diplomerad coach och diplomerad i Neuroscience. Bodil har en bakgrund som global marknadschef i internationellt hälsobolag och hennes passion är att bygga starka team.



PRIS PÅ FÖRFRÅGAN

- 5-15 personer under två halvdagar. Som exempel 14-18.00 och 8.30-13.00.
- Personlig coaching 1 timme plus individuell EQ-rapport plus egen Styrkeprofil.
- Tillkommer: Kostnad för resa, övernattning, mötesrum och förfriskningar enligt överenskommelse.

KANDIDATA

info@kandidata.se

Kandidata identifierar potential och utvecklar ledarskap. Vi är ett konsultföretag specialiserat på tester, personbedömningar, utveckling och utbildning. Vår verksamhet bygger på vetenskapligt bevisade teorier från Emotionell Intelligens, Neuroscience, Personlighet och data från Gallup på hur man når hållbar framgång hos individer och organisationer. Vi mäter och utvecklar förmågor och potential hos individer och grupper.