

Συναισθηματική Νοημοσύνη στην Εργασία: Το Κλειδί για μια επιτυχημένη καριέρα

Αρ. προγράμματος: 463554



ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΕΣ:

26, 28 Μαΐου 2025, 09:00-14:15
29 Μαΐου 2025, 09:00-13:15

Μέθοδος Κατάρτισης:

Δια ζώσης

Terramedia Training Center

ΔΙΑΡΚΕΙΑ:

14 ώρες- 14 μονάδες CPD

ΕΙΣΗΓΗΤΗΣ:

Σωκράτης Παναγή

ΚΟΣΤΟΣ:

€380

ΕΠΙΧΟΡΗΓΗΣΗ ΑΝΑΔ:

€280

ΚΑΘΑΡΟ ΚΟΣΤΟΣ:

€100

EARLY BIRD OFFER:

€60

(Valid until 29/04/25)

ΑΝΕΡΓΟΙ:

ΔΩΡΕΑΝ

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΤΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ

Η ανάπτυξη της Συναισθηματικής Νοημοσύνης αποτελεί σημαντικό παράγοντα επιτυχίας στον ραγδαία αναπτυσσόμενο σύγχρονο εργασιακό τομέα, και για αυτό το λόγο δίνεται μεγάλη βαρύτητα από ερευνητές και εμπειρογνώμονες επιχειρήσεων.

Η ανάπτυξη της συναισθηματικής νοημοσύνης είναι ουσιώδους σημασίας για την καλύτερη κατανόηση των συναισθημάτων του εαυτού μας και των άλλων, προάγοντας έτσι την ικανότητα αντιμετώπισης δύσκολων καταστάσεων με επιτυχία. Η αποτελεσματική επικοινωνία με συναδέλφους, πελάτες και συνεργάτες σε ώρα κρίσης ή μη, είναι το κλειδί για εποικοδομητικές επαγγελματικές σχέσεις.

Κατά συνέπεια, αυτή η κατάρτιση είναι σημαντική για όλους όσους επιθυμούν να εξελιχθούν στην εργασία τους και να επιτύχουν αποδοτικές εργασιακές σχέσεις. Το σεμινάριο αυτό προσθέτει αξία σε όσους επιθυμούν να κατανοήσουν και να αναπτύξουν τις δεξιότητές τους με σκοπό την καλύτερη δυνατή ικανοποίηση από την εργασία τους. Με την παρακολούθηση του προγράμματος οι συμμετέχοντες θα είναι σε θέση να αντιλαμβάνονται το επίπεδο της συναισθηματικής τους νοημοσύνης και θα αποκτήσουν πρακτικά εργαλεία για την ενίσχυση της.

ΣΕ ΠΟΙΟΥΣ ΑΠΕΥΘΥΝΕΤΑΙ

Το πρόγραμμα απευθύνεται σε κάθε εργαζόμενο ανεξαρτήτως τομέα και βαθμίδας εργασίας. Συμπεριλαμβάνει διευθυντές, υπεύθυνους ανθρώπινου δυναμικού, συμβούλους επιχειρήσεων, ειδικούς στην ψυχολογία της εργασίας και της υγείας. Επίσης, απευθύνεται σε όλους όσους επιθυμούν να κατανοήσουν και να διαχειριστούν αποτελεσματικά τα συναισθήματα τους και αυτά των συναδέλφων τους, εντός του περιβάλλοντος εργασίας τους, και να αναπτύξουν διαπροσωπικές δεξιότητες επικοινωνίας. Αποτελεί σημαντική επιλογή για όσους αναζητούν εργαλεία και γνώσεις για τη βελτίωση της επαγγελματικής τους εμπειρίας.

ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΣΗ ΚΑΤΑΡΤΙΣΗΣ

Με την επιτυχή ολοκλήρωση του προγράμματος οι συμμετέχοντες θα λάβουν Πιστοποιητικό Παρακολούθησης, στο οποίο θα αναγράφεται ότι το πρόγραμμα εγκρίθηκε από την Αρχή Ανάπτυξης Ανθρώπινου Δυναμικού.

**ΕΙΔΙΚΕΣ ΤΙΜΕΣ ΓΙΑ ΜΗ
ΕΠΙΧΟΡΗΓΟΥΜΕΝΟΥΣ ΚΑΙ
ΦΟΙΤΗΤΕΣ!**

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΠΟΥ ΘΑ ΑΠΟΚΤΗΘΟΥΝ

Μετά την ολοκλήρωση του προγράμματος, οι καταρτιζόμενοι θα είναι σε θέση:

- Να διαχειρίζονται τα συναισθήματα, τόσο των άλλων, όσο και των δικών τους.
- Να δημιουργούν ισχυρότερες και πιο θετικές σχέσεις με συναδέλφους, βελτιώνοντας την επικοινωνία και τη συνεργασία.
- Να διαχειρίζονται και να επιλύουν συγκρούσεις στον εργασιακό χώρο με θετικό και εποικοδομητικό τρόπο.
- Να ενισχύουν τις ηγετικές τους ικανότητες, εμπνέοντας και καθοδηγώντας την ομάδα τους με συναισθηματική ευφυΐα.
- Να προσαρμόζονται γρήγορα σε αλλαγές και να αντιμετωπίζουν το άγχος με αποτελεσματικότητα και ψυχραιμία.
- Να ενισχύουν τη δημιουργικότητά τους και να αυξήσουν την παραγωγικότητά τους με το σωστό συναισθηματικό αυτοέλεγχο.
- Να αναγνωρίζουν τα συναισθήματα και τις ανάγκες των άλλων, προάγοντας ένα υποστηρικτικό και συνεργατικό περιβάλλον.
- Να συμβάλλουν στη διαμόρφωση μιας κουλτούρας που προάγει τη θετικότητα, την καινοτομία και τη διαρκή βελτίωση

ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ

Η μεθοδολογία εκπαίδευσης επικεντρώνεται στη διαδραστική συμμετοχή και την ενεργή ανάληψη ρόλου από τους συμμετέχοντες. Χρησιμοποιούνται διάφορες μεθόδους, συμπεριλαμβανομένων διαλέξεων για τη μεταφορά θεωρητικών γνώσεων, συζητήσεων για την ανταλλαγή απόψεων και εμπειριών, ομαδικών ασκήσεων για την εφαρμογή πρακτικών τεχνικών, παιχνιδιών και ρόλων για την προσομοίωση εργασιακών καταστάσεων, και ατομικού σχεδιασμού για την ανάπτυξη ατομικών στρατηγικών. Μέσω αυτών των μεθόδων, οι συμμετέχοντες αποκτούν τις δεξιότητες και τις γνώσεις που απαιτούνται, για να διαχειριστούν αποτελεσματικά τα συναισθήματα και να αναπτύξουν διαπροσωπικές δεξιότητες επικοινωνίας, δημιουργώντας έτσι ένα υγιές εργασιακό περιβάλλον.

ΘΕΜΑΤΑ ΠΟΥ ΘΑ ΚΑΛΥΦΘΟΥΝ

- Συναισθήματα και Συναισθηματική Νοημοσύνη
- Ο δρόμος προς την επιτυχία μέσω της αυτογνωσίας
- Ενδυνάμωση εαυτού μέσω ανάπτυξης συναισθηματικού αυτοέλεγχου
- Η Ενσυναίσθηση ως εργαλείο κατανόησης άλλων
- Αποτελεσματική διαχείριση διαπροσωπικών σχέσεων

“Ο καθένας μπορεί να θυμώσει - αυτό είναι εύκολο. Αλλά το να θυμώσει κανείς με το σωστό άτομο, στο σωστό βαθμό και στη σωστή στιγμή, για τη σωστή αιτία και με το σωστό τρόπο -αυτό δεν είναι εύκολο”.

-Αριστοτέλης

ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΗΣ



Σωκράτης Παναγή
Ψυχολόγος-Συνθετικός
Ψυχοθεραπευτής
Σύμβουλος Ψυχολογίας για
Επιχειρήσεις

Ο Σωκράτης Παναγή είναι ψυχολόγος με εξειδίκευση στην Ολοκληρωμένη Ψυχοθεραπεία και πολυετή εμπειρία στην παροχή συμβουλευτικών και εκπαιδευτικών υπηρεσιών. Είναι κάτοχος πτυχίου Ψυχολογίας από το Intercollege και μεταπτυχιακού τίτλου (MSc) στην Ολοκληρωμένη Ψυχοθεραπεία από το University of Derby.

Διαθέτει εκτενή εμπειρία στην ανάπτυξη ηγετικών δεξιοτήτων, στη διαχείριση του εργασιακού στρες και στις εργασιακές σχέσεις, παρέχοντας υπηρεσίες εταιρικής εκπαίδευσης, executive coaching και συμβουλευτικής σε επιχειρήσεις. Ως Business Trainer και Consultant στην INTOKU, οργανώνει προγράμματα εκπαίδευσης σε θέματα όπως διαχείριση άγχους, διαπραγματεύσεις, ηγεσία, δημόσια ομιλία και μη-βίαιη επικοινωνία.

Έχει συνεργαστεί με εκπαιδευτικούς και επαγγελματικούς φορείς, όπως το Cyprus International Institute of Management (CIIM), όπου εκπαιδεύει νέους επαγγελματίες σε δεξιότητες ηγεσίας και επικοινωνίας. Παράλληλα, έχει προσφέρει συμβουλευτική υποστήριξη σε μαθητές και ενήλικες ως ψυχοθεραπευτής. Είναι ενεργός στον χώρο της εκπαίδευσης και της ανάπτυξης ανθρώπινου δυναμικού, με έμφαση στην ενίσχυση της ψυχικής ανθεκτικότητας και της παραγωγικότητας στον χώρο εργασίας.



Το πρόγραμμα εγκρίθηκε από την ΑνΑΔ. Οι επιχειρήσεις/οργανισμοί που συμμετέχουν με εργοδοτούμενους τους, οι οποίοι ικανοποιούν τις προϋποθέσεις της ΑνΑΔ, θα τύχουν της σχετικής επιχορήγησης.



Αρχή Ανάπτυξης
Ανθρώπινου
Δυναμικού
Κύπρου