

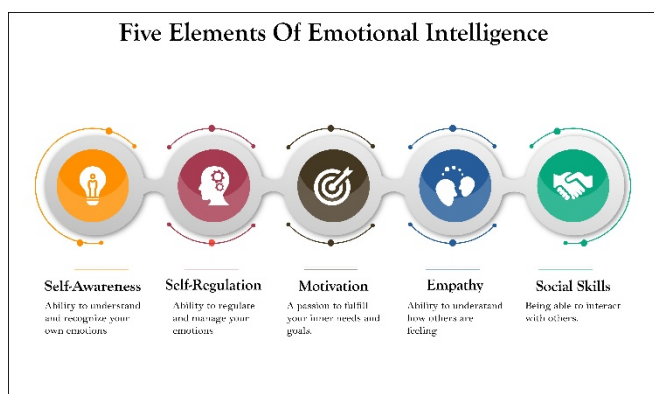
# Innere Stabilität und höhere Wirksamkeit durch emotionale Intelligenz

Selbstwahrnehmung – Selbstregulierung – Selbstführung – Empathie

Emotionale Intelligenz ist die Fähigkeit, die eigenen Emotionen zu verstehen und die anderer wahrnehmen zu können. Besonders für die effektive Zusammenarbeit, zwischenmenschliche Beziehungen und gute Kommunikation am Arbeitsplatz spielt diese Kompetenz aus dem Bereich der Soft Skills eine tragende Rolle.

Teams müssen über Abteilungs- und Bereichsgrenzen hinweg kooperieren und Lösungen erarbeiten. Führungskräfte und Projektleiter/-innen werden zu Enablern und sind gefordert in dieser Rolle zu motivieren, zu fördern und zu inspirieren. Änderungen gelingen nur, wenn viele auf den neuen Weg mitgenommen werden und bestmöglich hinter den Ideen stehen.

Emotionale Intelligenz lässt Sie außerdem leichter wirksam werden und steigert Ihre Stabilität.



## IHR NUTZEN

Je besser Sie Ihre Gefühle, Denkmuster und Automatismen kennen und verstehen, umso weniger sind Sie ihnen ausgeliefert und umso besser können Sie diese steuern. Das führt zu mehr Stabilität, Ausgeglichenheit und Wirksamkeit in der Führung und im Miteinander.

Besonders geeignet als Inhouse-Veranstaltung – Sprechen Sie uns an!

## IHR PROGRAMM

- **Einführung in die Kompetenzen emotionaler Intelligenz**
- **Achtsamkeit in der Praxis**  
Mit Achtsamkeit und Verlangsamung zu einer leichteren Selbstwahrnehmung gelange.
- **Mikroexpressionen lesen lernen**  
Denn unsere Emotionen und Stimmungen spiegeln sich im Körper über Gestik, Mimik, Atmung etc. wider
- **Automatische Reaktionen erkennen und bewusst steuern**
- **Selbstregulierung und sich selbst und anderen neue Handlungsoptionen öffnen**
- **Empathie**  
Gefühle anderer wahrnehmen, gut damit umgehen und Beziehungen zu Menschen wertschätzend gestalten
- **Optional**  
Eigene Stärken und Werte kennen und bei der Selbstführung im Blick haben

## IHRE DOZENTIN

**Dipl. Betriebswirtin Inga Land**  
Inhaberin, diallegro Beratung für Veränderung | Kommunikation, Essen  
Business Coach (DBVC/IOBC anerkannt)



## ZIELGRUPPE

Führungs- und Fachkräfte, die Menschen führen und entwickeln. Projektleiter/-innen, Change-, Scrum- und Agile-Coaches, die Teams leiten, für Projekte und Ziele begeistern oder tragende Beziehungen und Netzwerke aufbauen möchten.

Menschen, die ihre Wirkung und ihr inneres Erleben besser verstehen und an ihrer Persönlichkeitsentwicklung arbeiten möchten.

## ABSCHLUSS

BEW-Teilnahmebescheinigung

## FREIWILLIGER CO<sub>2</sub>-AUSGLEICH

Das BEW nimmt eine Vorreiterrolle im Bereich der Nachhaltigkeit und des Klimaschutzes ein. Im Rahmen dieses Engagements zahlen wir auch für diese Veranstaltung einen CO<sub>2</sub>-Ausgleich. Weitere Informationen unter [www.bew.de/nachhaltigkeit](http://www.bew.de/nachhaltigkeit).

## ANMELDEBEDINGUNGEN UND DATENSCHUTZHINWEIS

Nach Ihrer Anmeldung erhalten Sie eine Anmeldebestätigung. Der Teilnahmepreis gilt pro Person – Veranstaltungunterlagen, Mittagessen und Pausengetränke sind enthalten. Es gelten ausschließlich die Allgemeinen Geschäftsbedingungen der BEW GmbH, zu finden auf [www.bew.de/agb](http://www.bew.de/agb).

Die Datenspeicherung unterliegt den datenschutzrechtlichen Bestimmungen. Die persönlichen Angaben werden des Weiteren vom BEW genutzt, um unsere Kunden in dem geltenden rechtlichen Rahmen per E-Mail und Post über Weiterbildungsangebote des BEW zu informieren, die den vorher genutzten Leistungen ähnlich sind. Ausführliche Informationen zu unseren Datenschutzrichtlinien finden Sie unter [www.bew.de/datenschutz](http://www.bew.de/datenschutz). Sie können der Verwendung Ihrer Daten für Werbezwecke jederzeit per E-Mail an [kundenbetreuung@bew.de](mailto:kundenbetreuung@bew.de) oder telefonisch unter 0201-8406-6 widersprechen.

- Ich möchte weitere Informationen zu Fortbildungsangeboten des BEW nur per E-Mail erhalten.
- Ich möchte keine weiteren Informationen zu Fortbildungsangeboten des BEW erhalten.

## ANSCHRIFT BEW ESSEN

BEW - Das Bildungszentrum für die Ver- und Entsorgungswirtschaft gGmbH  
Wimberstr. 1  
45239 Essen

> Telefax für die Anmeldung: 0201-8406-817  
> Online-Anmeldung: [www.bew.de/anmeldung](http://www.bew.de/anmeldung)

## ANSPRECHPARTNERINNEN

### Inhaltliche Fragen

Angela Trappen, 0201-8406-804, [trappen@bew.de](mailto:trappen@bew.de)

### Organisation

Angela Trappen, 0201-8406-804, [trappen@bew.de](mailto:trappen@bew.de)

### Adressänderungen

Marianne Busse, 0201-8406-873, [busse@bew.de](mailto:busse@bew.de)

## ANMELDUNG ZUR VERANSTALTUNG

Innere Stabilität und höhere Wirksamkeit durch emotionale Intelligenz

### TERMIN

12.09.2024 BEW Essen\* MB511E2409

### TEILNAHMEPREISE

### PRÄSENZ

Regulär\* 685,-  
 Verbandsmitglieder (Bitte einkreisen)\* 655,-

AAV, BDE, BDG, BVB, BWK, DGAW, DVGW, DWA, EdDE, InwesD, ITAD, ITVA, VDRK, vero, VKS im VKU, WFZruhr  
→ Mitgliedsnummer: \_\_\_\_\_

\*zzgl. gesetzl. MwSt. auf MwSt.-pflichtige Leistungen

### DATEN DER/DES TEILNEHMENDEN

Anrede, Titel\*\*

Nachname, Vorname\*\*

Geburtsdatum\*\*

(Gemäß den Vorgaben des UStG und für Zertifikate)

Funktion/Position

Abteilung

Firma\*\*

Anschrift\*\*

Teilnehmer E-Mail\*\*

Telefon\*\*

### OPTIONAL: ABWEICHENDE RECHNUNGSANSCHRIFT

Firma, Ansprechpartner

Anschrift

Rechnung E-Mail

\*\* Pflichtfeld

### ÜBERNACHTUNGSANFRAGE BEW-HOTEL

Anreise am Vortag,  nach 19:00 Uhr  
 \_\_\_ x Übernachtung EZ inkl. Frühstück\* 88,00  
 \_\_\_ x Abendessen\* 15,00

\*zzgl. gesetzl. MwSt. auf MwSt.-pflichtige Leistungen

Ort, Datum

Unterschrift