

## „Emotionale Intelligenz – Emotionen konstruktiv einsetzen“

- Termine:** 28. September 2021 und 04. November 2021 im Hildegard Forum, Bingen  
Beginn jeweils um 9:00 Uhr, Ende um 17:00 Uhr
- eVEWA-Nr.:** 21LSW00003
- Leitung:** Anatol Leimbach, Anne-Frank-Realschule plus Mainz
- Dozent:** Erich Decker, IZP-NET Mainz
- Zielgruppe:** Mitglieder aus Schulleitungen (Schulleiterinnen und Schulleiter  
ausgenommen)

Täglich stehen wir einer Vielzahl von Anforderungen und Einflüssen in unserem Umfeld gegenüber. Es wird erwartet, dass wir uns "im Griff" haben und mit anderen souverän umgehen. Wir sollen uns auf sie einstellen, Verständnis haben, und auf ihre Wünsche und Forderungen eingehen – seien es Schüler, Kollegen oder Eltern. Gelingt dies nicht, begegnet uns Ärger, Enttäuschung, Unzufriedenheit oder Aggression. Schnell fühlen wir uns überfordert, vernachlässigt oder ungerecht behandelt. Wir reagieren mit Ablehnung, Ärger, Rückzug, Wut oder Zorn. Leicht kommt es zur Eskalation, die niemand will, die manchmal jedoch unvermeidbar ist.

### Seminarziel

Die Teilnehmenden lernen, die emotionalen Zusammenhänge zu durchschauen und erfahren, wie sie ihre Gesprächspartner und deren Aussagen noch besser wahrnehmen und die Gespräche effektiver, klarer und zielorientierter führen können. Das eigene emotionale Potenzial wird entwickelt, um wesentlich gelassener und mit viel mehr Handlungsalternativen den drängenden Anforderungen begegnen zu können. Somit behalten sie auch in heiklen Situationen einen kühlen Kopf und repräsentieren die Schule wirkungsvoll nach innen und außen.

Eine Einrichtung der



Gefördert durch:



## Seminarinhalte

Die Teilnehmenden erhalten Impulse zu folgenden Themen:

- Kommunikationsstörungen frühzeitig erkennen und klären
- Potenzial für das eigene "Emotions-Management" entdecken
- Emotionales Potenzial für die eigenen Ziele nutzen
- Wahrnehmungsfähigkeit für die Mitmenschen erweitern
- Konstruktiver Umgang mit Emotionen von Anderen
- Schwierige Gespräche zielgerichtet führen und lenken
- Beziehungsfähigkeiten deutlich weiterentwickeln
- Herausfordernde Beziehungen souverän meistern

## Nutzen

- Die Teilnehmenden erkennen und erweitern ihre emotionale Intelligenz
- Sie reduzieren emotionale Spannungen im schulischen Umfeld
- Sie entwickeln ein größeres Selbstbewusstsein für das eigene Handeln

## Seminarablauf "Emotionale Intelligenz – Emotionen konstruktiv einsetzen"

### 1. Tag: 28.09.2021

- 09:00 - 10:30 Uhr Kommunikationsstörungen frühzeitig erkennen und klären
- 10:30 - 10:45 Uhr **Kaffeepause**
- 10:45 - 12:30 Uhr Potenzial für das eigene "Emotions-Management" entdecken
- 12:30 - 13:30 Uhr **Mittagspause**
- 13:30 - 15:00 Uhr Emotionales Potenzial für die eigenen Ziele nutzen
- 15:00 - 15:15 Uhr **Kaffeepause**
- 15:15 - 17:00 Uhr Wahrnehmungsfähigkeit für die Mitmenschen erweitern

## **2. Tag: 04.11.2021**

- 09:00 - 10:30 Uhr Konstruktiver Umgang mit Emotionen von anderen
- 10:30 - 10:45 Uhr **Kaffeepause**
- 10:45 - 12:30 Uhr Schwierige Gespräche zielgerichtet führen und lenken
- 12:30 - 13:30 Uhr **Mittagspause**
- 13:30 - 15:00 Uhr Beziehungsfähigkeiten deutlich weiterentwickeln
- 15:00 - 15:15 Uhr **Kaffeepause**
- 15:15 - 17:00 Uhr Herausfordernde Beziehungen souverän meistern

**Referent:** Erich Decker IZP-NET Impulse zur Persönlichkeit

Das Seminar besteht zu einem hohen Anteil aus praxisnahen Übungen. Diese festigen die erarbeiteten Zusammenhänge und ermöglichen Erlebnismomente, die Bestandteil der eigenen Erfahrung werden. Dadurch wird ein sicherer Transfer in die Praxis gewährleistet.