

Training emotionaler Kompetenzen (TEK)

Frauke Niehues, Giessen

Zum Workshop:

Das Training emotionaler Kompetenzen ist ein Intensivprogramm zur Verbesserung der Stress-, Selbstwert- und Emotionsregulation. Die positive Wirkung ist wissenschaftlich vielfach bestätigt. TEK lässt sich im Coaching-Kontext hervorragend anwenden. Im Workshop lernen Sie die Bausteine und Einsatzmöglichkeiten des Programms kennen, u.a.:

- Theoretischer Hintergrund zu Entstehung, Verlauf und Funktion von Emotionen
- Förderung der Wahrnehmung von Emotionen
- Hilfen zur Akzeptanz und Toleranz von Emotionen
- Erhöhung des Selbstwertes und der Selbstfürsorge
- Methoden zur Analyse und funktionalen Regulation von Emotionen

Zur Person:

Frauke Niehues ist Diplom-Psychologin und approbierte psychologische Psychotherapeutin. Als Dozentin ist sie für verschiedene Universitäten, Fort- und Weiterbildungsinstitute sowie Unternehmen tätig. Sie ist Referentin auf vielen Kongressen wie z.B. dem der deutschen Gesellschaft für Psychologie, der MEG, DGVT, des Hochschulverbandes Nordrhein-Westfalen u.a..

Da Sie sowohl als Psychotherapeutin als auch als Personal- und Organisationsentwicklerin arbeitet, ist sie mit unterschiedlichen Perspektiven vertraut und nutzt dies, um praxis- und realitätsnahe Lösungen und Methoden zu entwickeln.

Ihre Schwerpunkte sind: Emotionale Kompetenz, Emotionsmanagement für Führungskräfte, Selbstwert und Selbstwirksamkeit, Hochbegabung und hypnosystemische Methoden.

Kontakt:

Frauke Niehues, Steinkaute 17, 35396 Giessen
Tel.: 0641 – 4981121

Web: www.kompass-giessen.de

Mail: info@kompass-giessen.de

Web: www.psychologische-praxis-giessen.de

Mail: info@psychologische-praxis-giessen.de