

## Ενίσχυση της συναισθηματικής ευεξίας, της ανοιχτής επικοινωνίας και συνεργασίας

Ημερομηνία:

03/04/25

08/04/25

Ώρα:

09:00-12:45

Διάρκεια:

7 ώρες



Κόστος:

240€

Επιχορήγηση ΑνΑΔ:

140€

Καθαρό κόστος:

100€

Άνεργοι: Δωρεάν

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

Αυτό το πρόγραμμα κατάρτισης αποσκοπεί στη δημιουργία ενός υποστηρικτικού εργασιακού περιβάλλοντος όπου οι εργαζόμενοι αισθάνονται ότι η προσφορά τους αναγνωρίζεται και κινούνται υποστήριξη τόσο ατομικά όσο και επαγγελματικά.

Οι εταιρείες αναγνωρίζουν την επιτακτική ανάγκη αντιμετώπισης των προκλήσεων που εμποδίζουν τη συναισθηματική ευεξία και την αποτελεσματική επικοινωνία των υπαλλήλων τους. Οι εργαζόμενοι συχνά βιώνουν συναισθηματικό στρες, εμποδίζοντας την παραγωγικότητα και την γενική ικανοποίηση της εργασίας τους. Επιπλέον, υπάρχει έλλειψη ανοιχτής επικοινωνίας, που οδηγεί σε παρεξηγήσεις και συγκρούσεις.

Μέσω της εκμάθησης τεχνικών όπως η χρήση του MPST και της δημιουργίας ενός ασφαλούς χώρου για ανοιχτό διάλογο, οι εργαζόμενοι μπορούν να διαχειριστούν καλύτερα τα συναισθήματά τους, να εκφραστούν, να βελτιώσουν τη συνεργασία και να ενισχύσουν τις δεξιότητες λήψης αποφάσεων.

# ΣΕ ΠΟΙΟΥΣ ΑΠΕΥΘΥΝΕΤΑΙ

Το εκπαιδευτικό πρόγραμμα απευθύνεται σε:

Διοικητικά Στελέχη,  
Διευθυντές Ανθρώπινου Δυναμικού,  
Υπεύθυνους Έργων,  
Λειτουργούς,  
Υπεύθυνους Τομέων Εργασίας,  
Υπεύθυνους /Διευθυντές Τμημάτων

## ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΣΗ ΚΑΤΑΡΤΙΣΗΣ

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

## ΣΤΟΧΟΙ ΚΑΤΑΡΤΙΣΗΣ

Με την ολοκλήρωση του προγράμματος οι καταρτιζόμενοι θα είναι σε θέση να:

Σε επίπεδο γνώσεων:

1. Αναγνωρίζουν τη σημαντικότητα της συναισθηματικής νοημοσύνης στην ηγεσία
2. Σχεδιάζουν τεχνικές διαχείρισης ων συναισθημάτων.
3. Προσδιορίζουν την έννοια της ανοικτής επικοινωνίας.
4. Αναγνωρίζουν την επίδραση της κατάστασης του νευρικού συστήματος στη συμπεριφορά και τις αποφάσεις τους.

Σε επίπεδο δεξιοτήτων:

1. Εφαρμόζουν συναισθηματική νοημοσύνη στην ηγεσία.
2. Αναπτύσσουν τεχνικές για την ομαλή λειτουργία του νευρικού συστήματος.
3. Χρησιμοποιούν πρακτικά εργαλεία για τη διαχείριση των συναισθημάτων.
4. Προωθούν την ανοικτή επικοινωνία εντός της ομάδας.
5. Προσαρμόζουν τις προσεγγίσεις για να αντιμετωπίσουν τις ατομικές ανάγκες των υπαλλήλων.

Σε επίπεδο στάσεων:

1. Εφαρμόζουν αποτελεσματικά σχέδια δράσης για τη διατήρηση του στρες σε χαμηλά επίπεδα.
2. Υιοθετούν παραγωγικά πρότυπα επικοινωνίας και ξεκάθαρες κατευθυντήριες γραμμές.
3. Εμπνέουν αντί να καθοδηγούν την ομάδα.
4. Παροτρύνουν την έκφραση των συναισθημάτων και ιδεών
5. Εφαρμόζουν τις κατάλληλες τεχνικές διαχείρισης του χρόνου
6. Προτιμούν τη συστηματική, θετική ανατροφοδότηση



Αποστόλων Πέτρου & Παύλου 7, 3085, Λεμεσός

94092464 / [www.icarus.cy](http://www.icarus.cy) / [info@icarus.cy](mailto:info@icarus.cy)

 [icarusinstitute](https://www.facebook.com/icarusinstitute)

 [icarus\\_institute](https://www.instagram.com/icarus_institute)

Οι προδιαγραφές των προγραμμάτων εγκρίθηκαν από την ΑνΑΔ.

