**ПОСТ-РЕЛИЗ**

**к вебинару на тему «Эмоциональный интеллект как прикладной инструмент для достижения целей в НПО»**

Гражданский центр Алматы (ОФ «Информационно-ресурсный центр») 12 июля 2022 года на площадке Zoom провел учебно-методический вебинар на тему «Эмоциональный интеллект как прикладной инструмент для достижения целей в НПО» с ведущим бизнес-консультантом **Абдыхалыковым Каиржаном Саясатовичем**, экспертом в сфере образовательного консалтинга. Данные учебные мероприятия для руководителей и представителей НПО, проектных менеджеров, психологов, социальных работников и других заинтересованных лиц проводятся ежегодно бесплатно при финансовой поддержке Управления общественного развития города Алматы.

Цель семинара касалась рассмотрения основ системы управления эмоциями, понятия принципов эмоционального интеллекта, и его применимости в деятельности НПО. Слушателям была предоставлена программа включающая материал, позволяющий овладеть основными теоретическими знаниями, как использовать техники управления собственными эмоциями для лучшего созидания с коллегами по работе.

Эмоциональный интеллект важен, как неотъемлемый навык современного руководителя и любого другого сотрудника, который хочет добиться успеха во всех сферах жизни. Ведь успех приходит к тем, кто управляет своей жизнью, финансами, отношениями и эмоциями и главная задача изучить правильно основные принципы и методы управления эмоциями и понять применимость эмоционального интеллекта в профессиональной деятельности.

В самом начале на вебинаре были рассмотрены в интерактивной форме следующие вопросы:

- Эмоции в жизнедеятельности человека (на примере межличностной коммуникации);

- Методы и уровни управления эмоциями;

- Применимость эмоционального интеллекта в профессии.

В рамках онлайн занятия слушатели разбирали поведенческие стереотипы через коммуникации и социальные отношения. Также предложены были 2 полезных умственных упражнений, одно из них: «Спокойное присутствие» - состояние, когда участник, в основном, своим вниманием находится как бы вовне. Привычное состояние для обычного человека - это так называемый внутренне ориентированный транс. То есть когда постоянно идет внутренний диалог, человек думает, в основном, о себе, о своих проблемах.

И второе упражнение - «Эмоциональная шкала», которая делится и представлена четырьмя стихиями - «Огонь, Воздух, Вода, Земля». Для понимания, как данные сферы определяют человека, с какой эмоцией и энергией они могут превалировать, определяя поведенческие стереотипы к каким - то внешним ситуациям. По результатам тестов была выполнена выработка, как всё-таки эффективно управлять эмоциями для прогресса в работе.

По итогам вебинара участники отметили практическую пользу от применения навыков психологических характеристик, которые в будущем помогут работать успешно в профессиональной деятельности, как с коллективом, так и с целевой аудиторией, а также высокое качество организации обучающего онлайн вебинара и большой профессионализм тренера.

Напоминаем, что услуги Гражданского центра Алматы ориентированы для неправительственных организаций и гражданских активистов для получения профессиональной методической, консультативной, юридической и практической помощи по вопросам организационного развития, решения социально значимых проблем, поддержки НПО, гражданских активистов и других субъектов гражданского общества.

**Наш адрес и контакты: г.Алматы, ул. Сатпаева 30/8, офис 139 (ЖК «Тенгиз Тауэрс»), тел.:+7 727 398 95 25, e-mail:** **info@civilcenteralmaty.kz**