



„A P R O B”  
Șef Direcție instruire și cercetare  
Ecaterina POPA

# SEMINAR

## Inteligența emoțională

25 mai 2021, ora 09:00  
mun. Chișinău, str. S. Lazo 1  
ZOOM

- DURATA:** 8 ore academice
- BENEFICIARI:** Judecători/Procurori
- ORGANIZATOR:** Institutul Național al Justiției
- FORMATORI:**
- Ecaterina POPA, șef Direcție instruire și cercetare, directorul Modulului Abilități de comunicare, formator INJ;
  - Maria VÎRLAN, conferențiar universitar, doctor în psihologie, decan Facultatea de Psihologie și Psihopedagogie Specială, UPS Creangă.
- OBIECTIVELE ACTIVITĂȚII DE FORMARE:**
- ✓ Formarea abilităților de gestionare a propriilor emoții pentru facilitarea obținerii de succese în activitatea profesională și personală;
  - ✓ Formarea abilităților de sesizare și înțelegere a emoțiilor celorlalți.

| AGENDĂ        |   |
|---------------|---|
| 08:45 – 09:00 | <b>Înregistrarea participanților</b>  |
| 09:00 – 10:30 | <i>Cuvânt de salut</i><br>Prezentarea formatorilor și programului zilei. Inteligența Emoțională (introducere)<br>Ecaterina POPA       |
| 10:30 – 10:45 | <b>Pauză</b>  |
| 10:45 – 12:15 | Impactul emoțiilor la locul de muncă<br>Competențe ale inteligenței emoționale corelate cu succesul la locul de muncă<br>Maria VÎRLAN |
| 12:15 – 13.15 | <b>Prânz</b>  |
| 13:15 – 14:45 | Evaluarea nivelului inteligenței emoționale<br>Maria VÎRLAN   |
| 14:45 – 15:00 | <b>Pauză</b>  |
| 15:00 – 16:30 | Tehnici de dezvoltare a inteligenței emoționale<br>Maria VÎRLAN   |
| 16:30 – 16:45 | <b>Discuții. Concluzii</b>  |