



INSTITUTUL NAȚIONAL AL JUSTIȚIEI  
NATIONAL INSTITUTE OF JUSTICE

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

## SEMINAR

### Inteligența emoțională

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