INTELIGENCIA EMOCIONAL

PRESENTACIÓN

La inteligencia emocional es la habilidad de comprender y gestionar nuestras propias emociones y las de quienes nos rodean. Esto incluye ser empáticos, reconocer cómo nos sentimos y controlar nuestras reacciones. Desarrollar una buena inteligencia emocional nos ayuda a construir relaciones más saludables y a tomar decisiones más equilibradas en nuestras vidas personales y profesionales.

En este curso aprenderás a desarrollar habilidades clave para tu crecimiento personal y profesional, explorando el impacto de la inteligencia emocional en el entorno laboral. Te enfocarás en el liderazgo, aprendiendo a motivar equipos y crear un buen clima laboral, así como en técnicas de comunicación eficaz y asertividad.

Objetivos:

- Reconocer el concepto de Inteligencia Emocional
- Comprender el concepto de Inteligencia Emocional
- Incorporar el concepto de Inteligencia emocional en el trabajo
- Aprender a utilizar la inteligencia emocional en una empresa
- Conocer el modo de delegar de manera eficaz
- Aprender a trabajar en el desarrollo de ls competencias directivas.

Destinatarios

Todas aquellas personas interesadas en desarrollar su inteligencia emocional-

Duración: 2 MODULOS

Se extiende Diploma con acreditación de 80 horas reloj

Contacto: secretaria@cursosbecados.com

TEMARIO	
MÓDULO N° 1	**MÓDULO N° 2**
1. Introducción a la IE 2. ¿Qué es la IE? 3. Principios para un crecimiento sostenido 4. Valoración de las cualidades personales 5. Los beneficios de un CE alto 6. Atributos de la IE 7. Los 5 atributos de la IE de Daniel Goleman 8. Las 4 características de la IE de John Mayer y Peter Saloway 9. Componentes de la IE 10. La valoración humanística del grupo 11. El liderazgo en los equipos 12. La importancia de la empatía 13. Cómo utilizar la IE para el liderazgo 14. 9 formas de desarrollar tu IE en el lugar de trabajo 15. Buen trato y atención con los clientes 16. La importancia estratégica de la comunicación 17. Ausencia de motivación profesional 18. Beneficios de implementar el autocontrol 19. Influencia del estado de ánimo. 20. Ventajas de medir la IE Y el CI 21. Estudio de las competencias emocionales 22. Beneficios de los datos obtenidos 23. Espíritu pedagógico en el ámbito laboral	1. Desarrollo de la IE 2. Patrones 3. Otros patrones 4. El cambio de patrones de conducta 5. ¿Qué es un pensamiento y cómo funciona? 6. Manejo de las dinámicas 7. Saber pensar y hablar bien de nosotros mismos 8. Salud vital 9. Emociones positivas 10. Lograr el éxito 11. Hagamos un experimento 12. La mente consta de dos partes.