

CURSO VIRTUAL

INTELIGENCIA EMOCIONAL

ESPECIALÍZATE Y CERTIFÍCATE

INICIO

Viernes 07 de mayo

TÉRMINO

Viernes 11 de junio

HORARIO

Viernes de 7:00 p.m. - 10:00 p.m.

DURACIÓN

6 semanas - 18 horas cronológicas

OBJETIVO DEL CURSO

Aprenderás y desarrollarás habilidades que te ayudarán a comprender y gestionar tus emociones y aptitudes de colaboración, en situaciones personales como laborales (influencia en equipos de trabajo), inclusive bajo la nueva normalidad de gestión en entornos remotos; permitiéndote obtener un estado de bienestar general.

COMPETENCIAS A DESARROLLAR

- Mejorarás tu gestión de emociones para controlar tus impulsos y las relaciones personales, labores y profesionales, con el fin de tener y motivar un estado de ánimo positivo.
- Desarrollarás la habilidad de alto desempeño profesional y laboral, bajo contextos de liderazgo y gestión para la nueva normalidad.
- Desarrollarás un eficiente proceso de toma de decisiones personales y profesionales, con impacto positivo en tu entorno o equipos de trabajo.
- Potenciarás tu automotivación para cada desafío y la repercusión de la motivación dentro de tu equipo de trabajo, en entornos virtuales.

DIRIGIDO A:

- Público en general.
- Estudiantes, egresados y profesionales con experiencia en áreas de Psicología, RR.HH, Comunicaciones, Marketing y Administración.

TEMARIO

- **Primera sesión: ACTIVAR NUESTRO "YO OBSERVADOR"**
La personalidad.
¿Qué rige nuestro actuar?
Gestionar nuestros pensamientos: 4 ejes de la efectividad.
Ejercicio: Los 7 hábitos de la efectividad.
- **Segunda sesión: DESPERTAR DE LA CONSCIENCIA**
Nivel de Consciencia 1
Nivel de Consciencia 2
Nivel de Consciencia 3
Nivel de Consciencia 4
Ejercicio: Exploración del autoconocimiento consciente.
- **Tercera sesión: INTRODUCCIÓN A LA INTELIGENCIA EMOCIONAL**
¿Qué es la Inteligencia Emocional?
¿Cuál es su importancia y cómo nos ayuda?.
¿Cómo aplicamos la IE en nuestra vida?
• Atractores Emocionales
• Cerebro Feliz
Ejercicio: Desarrollar su "dieta mental sana para su efectividad".
- **Cuarta sesión: LA IE EN LA PRÁCTICA: PARTE 1**
El poder de los pensamientos
El observador que somos
La nube de las percepciones
El aprendizaje del observador
Ejercicio: Pitch Elevator.
- **Quinta sesión: INCORPORAR LA IE: PARTE 2**
Establecer y mantener la confianza
Escuchar con compromiso
Expresar y Transmitir
Hacer surgir ideas o posibilidades
- **Sexta sesión: DESARROLLO DE LA IE COMO COMPETENCIA**
Beneficios de desarrollar la IE
AUTOLIDERAZGO
Competencia como líder
Resultados y ejercicio final

DOCENTE

SANTIAGO GAMERO

Neurocoach, Coach Personal y Ejecutivo.
Especialista con 10 años de experiencia
en Liderazgo y Desarrollo de Talentos.



¿POR QUÉ ESTUDIAR EN CARRIÓN?



CONSULTA POR TU DESCUENTO EXCLUSIVO