

CURSO

PRINCIPIOS DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

La inteligencia emocional es una competencia vital para el desarrollo profesional, representa el fundamento de conductas asociadas al liderazgo, el trabajo en equipo e incluso funciones supervisoras. Los individuos deben comprender y manejar las emociones para potenciar su desempeño laboral.

El curso en línea de Principios de la Inteligencia Emocional se compone por una serie de elementos como la autorregulación, la empatía, la autoconciencia, la motivación y las habilidades sociales, siendo diseñado para las organizaciones que deseen reforzar en su personal la capacidad de interacción con otras personas, potenciando el cumplimiento de objetivos y metas, además el participante aprenderá a detectar y controlar impulsos para llegar a relacionarse empáticamente con otros haciendo uso de las habilidades sociales.



Formación Smart es una solución de vanguardia para la capacitación empresarial, que aprovecha los avances de la tecnología y la creciente cultura digital que se ha potenciado con el uso de computadoras personales, tablets y teléfonos inteligentes.

Ahora, lograr la formación de personas en la empresa es mucho más fácil, masiva y económica.

Formación Smart permite:

- ✓ Mayor gestión del conocimiento.
- ✓ Reducción de costos innecesarios en materia de capacitación.
- ✓ Implementación inmediata.
- ✓ Acceso al programa las 24 horas del día, 365 días al año, y desde múltiples dispositivos.
- ✓ Más productividad y eficiencia.

CURSO

PRINCIPIOS DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

Dirigido a:

Organizaciones, empresas e instituciones tanto públicas como privadas, interesadas en desarrollar competencias de inteligencia emocional en su personal, ofreciendo herramientas para el control y expresión de emociones de forma adecuada.

Objetivos:

- Conocer los elementos que componen la emocionalidad.
- Brindar las herramientas necesarias para manejar las emociones.
- Aprender a conocerse y respetarse para mejorar las relaciones interpersonales.
- Proporcionar elementos para mejorar la empatía y la comunicación.



MÓDULO 1

Materia 1: Autorregulación

- Los impulsos y herramientas para manejarlos.
- La autorregulación de los impulsos.
- La autorregulación de la comunicación no verbal.
- La inteligencia emocional y el arte de no forzar la vida.

Materia 2: Autoconciencia

- Conócete y respétate.
- Sé positivo.
- Aprende a escuchar.
- Da un descanso a la lógica y la racionalidad.
- 21 herramientas para desarrollar tu autoconciencia.

Materia 3: Motivación

- Ser optimista.
- Fijarse metas y comprometerse para alcanzarlas.
- Tomar la iniciativa y aprovechar las oportunidades.
- Luchar por mejorar y alcanzar estándares altos.

Materia 4: Empatía

- Sé sensible y comprende a las demás personas.
- Fomenta el desarrollo de otras personas.
- Compórtate en sintonizar con lo social y político.

Materia 5: Habilidades sociales

- Relaciones interpersonales.
- Sé eficiente al trabajar con otras personas.
- Aprende a comunicarte con los demás.