

Curso de Inteligencia Emocional

- 50 horas online
- 12 unidades

En un mundo cada día más competitivo, con una serie de presiones a veces inaguantables, con exigencias continuas e inabarcables, hemos de pensar cómo afrontar tanto estos como otros retos personales y laborales que nos irán apareciendo.

Para conseguir esto vamos a aprender poco a poco lo que es la inteligencia emocional, una nueva forma de ver los problemas, los retos, las relaciones con uno mismo y con los demás, y la vida en general. Vamos a conocernos mejor, para saber reconocer nuestras emociones, saber controlarlas, saber motivarnos adecuadamente, superando retos antes impensables. Ese será nuestro objetivo. Mejorar en todos los aspectos de nuestra vida ayudados por la inteligencia emocional.

También hemos de pensar que nos comunicamos continuamente, tanto verbalmente como de forma no verbal. Elegimos en todo momento aplicando nuestra creatividad, y buscamos la empatía y mejorar las relaciones con los demás fomentando habilidades sociales positivas. Todo esto será mucho más fácil si utilizamos la inteligencia emocional.

No olvidemos que la competitividad actual entre empresas es brutal, globalizada y con unas exigencias de mejora continua imparables. El centro de todo lo componen las personas, denominadas recursos humanos, y la importancia que las capacidades de dichas personas tienen, es vital, sobre todo cuando forman parte de equipos de trabajo. Aprenderemos esto y muchas otras cosas.

Dirigido a:

Personas que quieran mejorar tanto en su vida personal como laboral, utilizando la inteligencia emocional para ello.

Objetivo

El objetivo al finalizar del presente curso será conocer qué es la inteligencia emocional, saber algo más sobre nuestras emociones, sus efectos y dónde se desarrollan. Buscaremos aumentar el autoconocimiento, el autocontrol y redirigirlo con motivaciones adecuadas, hacia finalidades correctas.

Descubriremos aspectos increíbles que nos harán mejorar y que nunca antes habíamos valorado. La relacionaremos con la comunicación, si es posible aplicarla para aumentar nuestra creatividad ante nuevos problemas o retos. Veremos cómo se puede fomentar la empatía y aplicar la misma a las relaciones interpersonales, teniendo en cuenta la inteligencia social basada en la inteligencia emocional, que se reflejará en la mejora de nuestras habilidades sociales.

También el presente curso nos permitirá conocer la mejor forma de utilizar la inteligencia emocional en relación con las nuevas organizaciones laborales, con especial hincapié en los equipos de trabajo, el liderazgo y la motivación en el ámbito laboral. Pasamos más horas trabajando que con nuestros seres queridos. Vamos a intentar que ese tiempo se desarrolle de la mejor forma posible, aprovechándolo al máximo.

En definitiva, el objetivo será mejorar nuestras vidas basándonos en la inteligencia emocional, aplicándola tanto a aspectos laborales, como familiares, sentimentales, amistosos y personales.

Requisitos:

No existen requisitos limitantes para realizar esta formación, cualquier persona con ganas de conocer y gestionar mejor sus emociones puede hacerla. Especialmente dirigido a:

- Personas que quieren tener un autoconocimiento más elevado.
- Personas que quieran conocer, detectar e interpretar las emociones de los demás.

Temario:

1. El ser humano, la personalidad y el cerebro

- El ser humano, la personalidad y el cerebro
- Introducción
- El individuo, la persona y su personalidad
- La personalidad
- Hacia el equilibrio psicológico
- El cerebro
- Resumen

2. Inteligencia cognitiva e inteligencia emocional

- Inteligencia cognitiva e inteligencia emocional

- La inteligencia
- Inteligencia colectiva
- La inteligencia emocional
- ¿Las emociones pueden ser inteligentes?
- Inteligencia cognitiva, inteligencia emocional, el completo
- Resumen

3. La inteligencia emocional. Las emociones

- La inteligencia emocional. Las emociones
- Las emociones
- ¿Son útiles las emociones?
- El cerebro y las emociones
- Las emociones y la amígdala
- Pequeñas reflexiones sobre la emoción e inteligencia emocional
- Resumen

4. Autoconocimiento y autoestima

- Autoconocimiento y autoestima
- Autoconocimiento, introducción
- Autoconocimiento e inteligencia emocional
- Autoestima
- Resumen

5. Inteligencia emocional y la comunicación. La comunicación verbal

- Inteligencia emocional y comunicación. La comunicación verbal
- Inteligencia emocional y comunicación, aspectos generales
- Teorías
- Elementos de la comunicación
- Tipos de comunicadores
- La comunicación verbal
- Comunicación oral
- Inteligencia emocional, recuerdos y mecanismos lingüísticos
- Algunos consejos para hablar por teléfono correctamente

- Resumen

6. Inteligencia emocional y la comunicación. La comunicación no verbal

- Inteligencia emocional y comunicación no verbal
- Inteligencia emocional y comunicación no verbal. Introducción
- Importancia de la comunicación no verbal
- Kinesia
- Paralingüística
- Proxémica
- Un buen lenguaje corporal
- Resumen

7. Habilidades sociales e Inteligencia emocional I

- Habilidades sociales e inteligencia emocional I
- Las emociones y las interrelaciones con los demás
- Las habilidades sociales, aspectos generales
- La asertividad
- Resumen

8. Habilidades sociales e inteligencia emocional II

- Habilidades sociales e inteligencia emocional II
- La escucha activa
- La empatía
- Resumen

9. La inteligencia emocional y las organizaciones

- Inteligencia emocional y las organizaciones
- El cambio y la organización
- Cambio y emociones
- Hacia una organización inteligente
- La inteligencia emocional en las organizaciones
- Resumen

10. Inteligencia emocional, trabajo y equipos de trabajo

- Inteligencia emocional, trabajo y equipos de trabajo
- El trabajo y las emociones

- Colaboración, equipos de trabajo e inteligencia
 - Equipos de trabajo e inteligencia emocional
 - Resumen
- 11. Inteligencia emocional y el líder**
- La inteligencia emocional y el líder
 - El liderazgo
 - Diferentes estilos de liderazgo
 - El líder del equipo
 - El fracaso del líder
 - Liderazgo e inteligencia emocional
 - Resumen
- 12. Inteligencia emocional, motivación y creatividad**
- Inteligencia emocional, motivación y creatividad
 - Inteligencia emocional y motivación
 - Inteligencia emocional y creatividad
 - Resumen
-

¿Cómo Empezar?

Si quieres hacer uno de nuestros cursos basta con que solicites la inscripción, para ello debes rellenar el formulario de inscripción e indicar una dirección de e-mail en la que recibirás tus datos de acceso, nombre de usuario y contraseña, el envío de los datos es inmediato. (Debes prestar atención a la carpeta de spam ya que algunos filtros antispam podrían filtrar este correo).

Si el curso te gusta puedes realizar el pago durante el proceso de inscripción o en cualquier momento dentro del aula virtual. El pago lo puedes hacer con tarjeta Visa, PAYPAL o realizando una transferencia y enviando posteriormente el justificante de la misma. Una vez realizado el pago podrás acceder a todas las lecciones, siempre de una forma secuencial.

Diploma

Los alumnos que hayan completado el curso, recibirán mediante correo electrónico un certificado de realización en formato PDF firmado digitalmente por Euroconsulting Plataforma de Formación, con indicación del número de horas, el temario, las fechas de inicio y finalización, etc.