

FORMACIÓN EN INTELIGENCIA EMOCIONAL ENFOCADA A LOS EQUIPOS



Área: General
Modalidad: Presencial
Duración: 7 h
Precio: Consultar

[Curso Bonificable](#)
[Contactar](#)
[Recomendar](#)
[Matricularme](#)

OBJETIVOS

Concienciación sobre la Inteligencia Emocional: Desarrollar una comprensión profunda de la inteligencia emocional y su impacto en el entorno laboral.

Desarrollo de la Autoconciencia: Fomentar la capacidad de reconocer y comprender las propias emociones y su influencia en el trabajo en equipo.

Gestión de Emociones en el Trabajo: Capacitar en el manejo efectivo de las emociones, tanto propias como de los demás, para mejorar la dinámica del equipo.

Fomento de la Empatía: Desarrollar habilidades empáticas para comprender las emociones y perspectivas de los compañeros de equipo.

Mejora de las Habilidades Sociales: Potenciar la comunicación efectiva, la colaboración y la resolución de conflictos en el equipo.

Promoción del Liderazgo Emocional: Capacitar a líderes y miembros del equipo para ejercer un liderazgo emocionalmente inteligente.

Clima Emocional Positivo: Crear un ambiente de trabajo positivo que fomente la motivación y la satisfacción de los empleados.

Adaptabilidad Emocional: Desarrollar la capacidad de adaptarse y gestionar emociones en situaciones de cambio o desafío.

CONTENIDOS

Módulo 1: Introducción a la Inteligencia Emocional:
Definición y componentes clave.
Importancia en el entorno laboral.

Módulo 2: Autoconciencia:
Reconocimiento de emociones propias.
Evaluación de fortalezas y áreas de mejora.

Módulo 3: Gestión de Emociones en el Trabajo:
Técnicas para el manejo de emociones en situaciones laborales.
Estrategias para el control emocional.

Módulo 4: Empatía:
Desarrollo de la capacidad empática.
Aplicación en situaciones de trabajo en equipo.

Módulo 5: Habilidades Sociales:
Comunicación efectiva.
Colaboración y resolución de conflictos.

BY URBIOLA

Módulo 6: Liderazgo Emocional:

Características del liderazgo emocionalmente inteligente.
Impacto en la motivación del equipo.

Módulo 7: Clima Emocional Positivo:

Estrategias para fomentar un ambiente positivo en el equipo.
Importancia de la cultura organizacional.

Módulo 8: Adaptabilidad Emocional:

Gestionar emociones en situaciones de cambio.
Desarrollo de la resiliencia emocional.