

Inteligencia emocional



Área: HABILIDADES

Duración: 50h

Metodología: online

Objetivos

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.

Contenidos y estructura del curso

1. El ser humano, la personalidad y el cerebro.
2. Inteligencia cognitiva e inteligencia emocional.
3. La inteligencia emocional. Las emociones.
4. Autoconocimiento y autoestima.
5. Inteligencia emocional y la comunicación. La comunicación verbal.
6. Inteligencia emocional y la comunicación. La comunicación no verbal.
7. Habilidades sociales e Inteligencia emocional I
8. Habilidades sociales e inteligencia emocional II
9. La inteligencia emocional y las organizaciones.
10. Inteligencia emocional, trabajo y equipos de trabajo.
11. Inteligencia emocional y el líder.
12. Inteligencia emocional, motivación y creatividad.

En Critería creemos que para que la formación e-Learning sea realmente exitosa, tiene que estar basada en contenidos 100% multimedia (imágenes, sonidos, vídeos, etc.) diseñados con criterio pedagógico y soportados en una plataforma que ofrezca recursos de comunicación como chats, foros y conferencias...Esto se logra gracias al trabajo coordinado de nuestro equipo e-Learning integrado por profesionales en pedagogía, diseño multimedia y docentes con mucha experiencia en las diferentes áreas temáticas de nuestro catálogo.

Perfil persona formadora

Esta acción formativa será impartida por un/a experto/a en el área homologado/a por Critería, en cumplimiento con los procedimientos de calidad, con experiencia y formación pedagógica.

***En Critería queremos estar bien cerca de ti, ayúdanos a hacerlo posible:
¡Suscríbete a nuestro blog y síguenos en redes sociales!***

[Blog de Critería](#)

