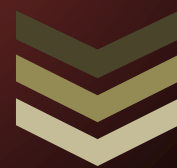


Inteligencia Emocional



Curso

A través de una serie de actividades prácticas y conceptos clave de inteligencia emocional, este programa de capacitación de un día ayudará a los participantes a mejorar sus habilidades de inteligencia emocional permitiéndoles usar información emocional de ellos mismos y de otros, integrar esto con su pensamiento para una mejor toma de decisiones ayudándolos para obtener más fácilmente lo que quieren de la situación inmediata y de la vida en general.

Duración: 8-12 horas

Curso "In Company"

**Capacidad máx.: 20
personas**

Curso de Inteligencia Emocional



Inteligencia emocional

Duración: 1 – 1 ½ días

Público: **Supervisores, Jefes, Gerentes. Cualquiera que desee mejorar sus habilidades de inteligencia emocional.**

Visión general

A través de una serie de actividades prácticas y conceptos clave de inteligencia emocional, este programa de capacitación de un día ayudará a los participantes a mejorar sus habilidades de inteligencia emocional permitiéndoles usar información emocional de ellos mismos y de otros, integrar esto con su pensamiento para una mejor toma de decisiones ayudándolos para obtener más fácilmente lo que quieren de la situación inmediata y de la vida en general.

Este programa de capacitación altamente interactivo ayudará a los participantes a ser más equilibrados en sus pensamientos, sentimientos y acciones brindándoles las habilidades y la mentalidad esenciales para la autoconciencia, la autogestión, la automotivación y la gestión de relaciones adecuadas, dándoles la posibilidad de elegir cómo pensar, sentir y actuar.

Objetivos del curso

Al final de este curso de formación, los participantes podrán:

Comprender qué es la inteligencia emocional y cómo puede mejorar tanto su vida personal como profesional.

Comprender la importancia de la autoconciencia y el contacto y comprender sus sentimientos y emociones para desarrollar sus habilidades de inteligencia emocional.

Practique técnicas para auto motivarse, controlar las emociones y desafiar los patrones de pensamiento negativos.

Comprenda la importancia de la empatía y el desarrollo de su conciencia social para manejar adecuadamente las relaciones con los demás como una persona emocionalmente inteligente.





Esquema de temas

Módulo 1: Introducción a la inteligencia emocional:

- Actividad de apertura - Importancia de la inteligencia emocional.
- ¿Qué es la inteligencia emocional?
- Marco de la inteligencia emocional de Daniel Goleman.
- ¿Qué tan emocionalmente inteligente eres? - Auto evaluación.

Módulo 2: Autoconciencia:

- Conócete a ti mismo.
- Sentimientos, estados de ánimo y emociones.
- El lenguaje de las emociones.
- Conociendo sus fortalezas y debilidades.

Módulo 3: Autogestión

- "Gestionar esto" - Actividad - Crear conexiones cerebrales positivas.
- "Despertar en el lado equivocado de la cama" - Actividad de autogestión.
- Lecciones del mago de Oz.
- Técnicas de autogestión.

Módulo 4: Auto-Motivación

- ¿Qué nos motiva? - Actividad.
- Establecer metas y tener un plan como motivador.
- Entrar en "The Flow".

Módulo 5: Empatía

- ¿Qué es la empatía?
- Empatía Vs Simpatía
- Empatía y detección de lo que sienten los demás: actividad de práctica de habilidades
- Escucha empática activa

Módulo 6: Gestión de relaciones

- Obtener el cambio que desee: actividades de práctica (empujar / tirar, cambiar de plan)
- Los componentes básicos para gestionar las relaciones
- Diez hábitos de las personas emocionalmente inteligentes

Cuaderno de trabajo del alumno (59 páginas).

Autoevaluación de la inteligencia emocional.

Hojas de ejercicios y actividades



Condiciones Generales del Curso

Por favor revisar la información financiera y consideraciones generales de acuerdo a la propuesta de Capacitación presentada.

Duración del Curso	8-12 horas
Tipo de Entrenamiento	In Company
Nombre del Programa	Inteligencia Emocional
Lugar	A designar por el cliente
Número de participantes	20 personas

Honorarios del Curso Argentina

Honorarios del Curso Latinoamérica

Los honorarios no incluyen

- Pasajes aéreos*
- Hotelería y comidas*
- Traslados*

*No valido para CABA y GBA | Argentina

Las fechas de este programa tienen que ser definidas entre **EL CLIENTE** y **Dionisio Melo Internacional** de común acuerdo. Equipo, material complementario y salón de capacitación según requerimientos serán suministrados por **EL CLIENTE** de acuerdo a las necesidades del curso.

1. Salón
2. Mesa en forma de U o mesas para cuatro personas.
3. Mesa de apoyo para el entrenador
4. Proyector multimedia
5. Laptop o PC con conexión a multimedia, entrada de USB
6. Papelógrafo (Rotafolio) y Hojas para Papelógrafo, Fibrones (Plumones) 4 colores varios juegos
7. Hojas en blanco para los participantes
8. Identificador para cada uno de los participantes
9. Lápiz o lapicero para cada uno de los participantes



Dionisio Melo Internacional enviará por correo electrónico una carpeta maestra para ser reproducida por **EL CLIENTE** con el material del curso teórico – práctico cinco días antes a la impartición del curso.

Forma de Pago ARGENTINA

50 % anticipado

50% al finalizar el curso

Factura C

Forma de pago LATINOAMERICA

100% efectivo en dólares durante el curso

***IMPORTANTE:** Los honorarios fijados son libres del impuesto a la renta, IGV, IVA u otros impuestos que solicite el país de la empresa contratante.

