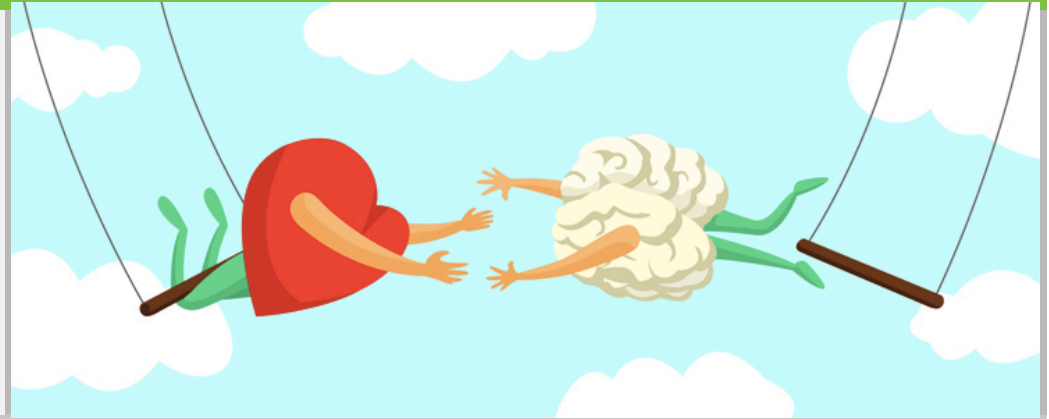




Inteligencia emocional

La inteligencia emocional es un conjunto de habilidades, destrezas y conocimientos que permite ser más efectivo en el trabajo, vivir relaciones más armoniosas y, en definitiva, tener una vida más feliz.



Objetivo:

Desarrollar habilidades y destrezas para mejorar la Inteligencia Emocional, mediante la reflexión inspirada en la vivencia, que contribuya al desarrollo de las competencias personales y sociales, a nivel emocional.

Contenido:

- **Módulo I:** ¿Cómo se utiliza la Inteligencia Emocional y por qué es importante?
- **Módulo II:** Competencias Personales: Conciencia y Gestión de Sí Mismo.
- **Módulo III:** Competencias Sociales: Conciencia y Gestión de Relaciones.
- **Módulo IV:** Definición del plan individual “Genio Emocional”

Metodología:

La metodología de este taller es una combinación de teoría y práctica. Se emplearán técnicas de aprendizaje experiencial y lecturas complementarias que realizará el participante en modalidad de autoestudio antes y después del taller.

40% teoría



60% práctica

Duración y Grupos:

4 horas.
Se trabaja con grupos de hasta 20 participantes.