

## INTELIGENCIA EMOCIONAL



**Área:** Sin clasificar  
**Modalidad:** Teleformación  
**Duración:** 30 h  
**Precio:** Consultar

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

### DESTINATARIOS

Profesionales interesados en reciclar su formación, con la finalidad de potenciar sus habilidades y destrezas en el desempeño de sus funciones laborales.

### OBJETIVOS

Identificar el concepto de inteligencia a través del esbozo de sus teorías, tipos, evaluación y situación actual, conectándolo con la emoción y llegando a reconocer a la inteligencia emocional en conjunto, como una habilidad que se debe desarrollar conociendo su relevancia laboral y las implicaciones en la mejora profesional del individuo.

Interrelacionar la inteligencia emocional a través del conocimiento personal y la propia personalidad, utilizando herramientas que permitan el autoconocimiento a través de valores propios de esta disciplina.

Aplicar técnicas que permitan aumentar la inteligencia emocional con la finalidad de reforzar los pensamientos positivos, la proyección, el autocontrol y la resolución de problemas como gestión de la experiencia laboral y la calidad de vida.

Fomentar la capacidad de percibir, valorar y expresar emociones, propias y ajenas, con la convicción de que el conocimiento general de este concepto tiene un alto impacto en los logros personales y profesionales; a través de exposiciones que despierten el interés de los participantes en este curso, sobre una temática que se ha convertido en un tópico de interés en los profesionales de la consultoría de recursos humanos y dirección de empresas.

### CONTENIDOS

#### UNIDAD 1: INTELIGENCIA, EMOCIÓN E INTELIGENCIA EMOCIONAL

##### Módulo I: Introducción a la Inteligencia

Conceptos básicos relacionados con la inteligencia

Teorías de Inteligencia

Tipos de inteligencia

Evaluación de la inteligencia

Situación actual

##### Módulo II: Emoción

Concepto de emoción

Sustratos biológicos de la emoción

Clasificación emocional

Gestión de las emociones

##### Módulo III: Inteligencia Emocional

Conceptualización de la Inteligencia Emocional

Componentes

Habilidades de Inteligencia Emocional

Relevancia e implicaciones de la Inteligencia Emocional

Inteligencia Emocional y Éxito Personal

UNIDAD 2: LA INTELIGENCIA EMOCIONAL A TRAVÉS DEL CONOCIMIENTO PERSONAL Y LA PROPIA PERSONALIDAD.

Módulo IV: Personalidad, Autoconocimiento e Inteligencia Emocional

Conocerse a sí mismo

Honestidad emocional

Energía emocional

Retroinformación emocional

Módulo V: Habilidades relacionadas con la Inteligencia Emocional

Asertividad y empatía

Autoestima

Habilidades de comunicación: el lenguaje emocional

Control del estrés y la ansiedad

Negociación y resolución de conflictos

UNIDAD 3: TÉCNICAS ORIENTADAS HACIA LA INTELIGENCIA EMOCIONAL. PENSAMIENTOS POSITIVOS, PROYECCIÓN, AUTOCONTROL Y LA RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS COMO GESTIÓN DE LA EXPERIENCIA LABORAL Y LA CALIDAD DE VIDA.

Módulo VI: Técnicas para aumentar la Inteligencia Emocional

Pensamientos positivos

Imaginación/visualización

Autocontrol

Resolución de problemas

Módulo VII: Inteligencia Emocional y Vida Laboral

Experiencia laboral y calidad de vida

Aplicación de la IE a la vida laboral

IE y éxito laboral

Establecer objetivos adecuados

Adquisición de habilidades: aprendizaje

Competitividad

El puesto de trabajo

Cultura laboral

Burnout laboral

## REQUISITOS

Los requisitos mínimos de asistencia y participación serán avalados por los registros correspondientes que incluirán, entre otros, los siguientes aspectos, que serán determinantes para la consecución del certificado de aprovechamiento:

1. Haber participado en el foro (Obligatorio: 1 entrada)
2. Haber visualizado al 75% el contenido; además de realizar las actividades tipo por cada una de las unidades didácticas.
3. Superar la prueba final con una nota mínima de 5 puntos.

Todos estos requisitos serán comprobados a través de la plataforma virtual de aprendizaje.

## CONTROLES APRENDIZAJE

Al finalizar el curso, deberás realizar una prueba de evaluación final tipo test.