

Objetivo General:

Los participantes identifican y aplican herramientas de Inteligencia Emocional que les permitan lograr un mejor conocimiento sobre sí mismos para alcanzar los resultados que requieren tanto a nivel personal como laboral.

Objetivos Específicos:

- Los participantes identifican el modelo práctico de manejo de emociones
- Los participantes identifican herramientas para lograr la transformación de víctimas a protagonistas y ser más efectivos en su trabajo

Metodología:

Se trabaja con la metodología de taller vivencial, en donde los participantes viven experiencias que les muestran aplicación de herramientas y conceptos para poder aplicarlo a su área de trabajo.

Se trabaja con la metodología lúdica, constructiva, exponencial, por manejo de casos y por modelaje.

Temario

- Los tres dominios del ser humano
- Definición de emociones
- Características básicas de las emociones
- Las emociones básicas y sus diferentes intensidades
- El Modelo de Competencias Emocionales
- ¿Qué es la Inteligencia Emocional
- Características de las personas con Inteligencia Emocional
- Asertividad para el manejo de emociones: Los Mensajes "Yo"
- Áreas que favorecen el equilibrio de las personas
- Autoconcepto, Autoaceptación, Autoestima
- Modelo de Víctima-Protagonista.
- La trascendencia.
-