



## DESARROLLO DE DIRECTIVOS

### Nombre del curso

Curso de LIDERAZGO PERSONAL Y LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

### Objetivos

- Comprender mejor el impacto de las competencias emocionales en la eficacia del trabajo en la empresa.
- Proponer pautas que faciliten el desarrollo de competencias emocionales.
- Profundizar en el mejor conocimiento de uno mismo y de los demás con vistas a tener relaciones más positivas con el entorno.

### Metodología

Presencial

### Duración

12 horas.

### Temario:

- **Qué es Inteligencia Emocional y para qué sirve.**
- **Conocimiento de uno mismo. Qué conocer y vías para mejorar dicho conocimiento.**
- **Emociones y su influencia en el comportamiento humano. El miedo como emoción tóxica en el trabajo. Pautas para su canalización positiva.**
- **Aproximación al concepto de proactividad. Desarrollo de la capacidad de decidir. Optimismo en la práctica.**
- **Conociendo y valorando las diferencias con los demás. Qué conocer. La empatía como vía de conocimiento del otro.**
- **Pautas de comunicación. Elección del modo de comunicación más adecuado. La asertividad como superación de creencias limitadoras.**
- **Liderazgo y equilibrio personal**