

Desarrollo del programa del curso

Inteligencia Emocional: principales conceptos teóricos.

6 horas

Objetivos generales

Al finalizar el taller, el participante será capaz de:

- Conocer alguno de los modelos más significativos de la Inteligencia Emocional.
- Identificar los aspectos tanto positivos como negativos de la Inteligencia Emocional en el ámbito laboral.
- Identificar las competencias emocionales de la Inteligencia Emocional.
- Tener las herramientas necesarias para mejorar su Inteligencia Emocional.

Contenidos

1. Aproximación a la Inteligencia Emocional (2 h.)

OBJETIVOS

- Acercarse y familiarizarse con el concepto de Inteligencia Emocional.
- Profundizar en el concepto de Inteligencia Emocional a través de los modelos más significativos existentes.
- Dotar de unos conceptos básicos teóricos que nos ayuden a la comprensión de las siguientes unidades.

TEORÍA

- 1.1. ¿Qué es la inteligencia emocional?
- 1.2. Algunos modelos de Inteligencia Emocional

2. Inteligencia Emocional en el ámbito laboral (2 h.)

OBJETIVOS

- Relacionar la Inteligencia Emocional con el entorno laboral.
- Identificar los resultados positivos en el ámbito laboral de la Inteligencia Emocional.
- Identificar los resultados negativos en el ámbito laboral de la Inteligencia Emocional.

TEORÍA

- 2.1. Inteligencia Emocional. Aspectos positivos de una buena gestión de IE.
- 2.2. Inteligencia Emocional. Aspectos negativos de una mala gestión de IE.

3. Entrenamiento de la Inteligencia Emocional (2 h.)

OBJETIVOS

- **Mostrar aquellas competencias más significativas de la Inteligencia Emocional, principalmente en el ámbito laboral, así como las herramientas que podemos utilizar para entrenarla, mejorarla, etc.**

TEORÍA

- 3.1. Desarrollo de las competencias emocionales.**
- 3.2. Cómo mejorar las competencias emocionales.**