

Diplomado en INTELIGENCIA EMOCIONAL Y LIDERAZGO

PROGRAMA DE ESTUDIO.-

CONTENIDOS:

MODULO 1: EMOCIONES

¿Qué son las emociones?

Autoconciencia, reconocimiento de emociones.

¿Qué emociones me guían?

Biología y duración de las emociones

Emociones básicas

MODULO 2: INTELIGENCIA EMOCIONAL

Reseña histórica de la Inteligencia Emocional

¿Qué es la Inteligencia Emocional?

Definición

Coeficiente Emocional y Coeficiente Intelectual

Pilares que la componen

Importancia de la Inteligencia Emocional en la vida.-

MODULO 3: TIPOS DE INTELIGENCIAS:

Lingüística, lógica, espacial, artística, kinestésica, intrapersonal,

Interpersonal y ecológica.

Creencias emocionales limitantes y potenciadoras.

Conciencia emocional: identificación de patrones y hábitos de comportamiento

Las emociones y su influencia en la salud.-

MODULO 4: GESTION DE LAS EMOCIONES

Funcionamiento del sistema nervioso simpático y parasimpático

El cerebro y la Percepción De la realidad

Hemisferios cerebrales

Modelos de Gestión emocional

Gestión de las distintas emociones:

Miedo, Ira, Tristeza, Sorpresa, Asco, Alegría

Los Sentimientos

MODULO 5: COMUNICACIÓN EFECTIVA

Modelo de Comunicación Efectiva

Lenguaje Verbal y No Verbal

Escucha Consciente

Retroalimentación Positiva

MODULO 6: COMUNICACIÓN ASERTIVA

Estilos de Comunicación

Agresivo, Sumiso y Asertivo.

Comunicación y Liderazgo. -

Metas de Vida Positivas.-