

ESTRATEGIAS Y PARADIGMAS DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

Descripción:

Esta acción formativa conjuga la amplia perspectiva sobre los conceptos fundamentales relacionados con el ámbito emocional junto con una orientación y un planteamiento práctico de la inteligencia emocional.

Está orientado a la formación de profesionales capaces de comprender el pensamiento y el comportamiento humano con el fin de que las personas mejoren su rendimiento e incrementar sus posibilidades de éxito.

Los participantes conocerán herramientas de desarrollo de su potencial personal y profesional: ganar autoconfianza, aumentar el optimismo, incrementar la perseverancia, gestionar mejor las emociones, mejorar la empatía, desarrollar su extroversión y potenciar su iniciativa

Objetivos:

Analizar los principales conceptos y estrategias para el logro de una adecuada regulación, emocional, así como el reconocimiento de sus beneficios.

- Definir el concepto y las funciones de la inteligencia emocional, así como la importancia de la educación emocional.
- Exponer las diferentes habilidades para el desarrollo de competencias emocionales.
- Desarrollar diferentes técnicas y estrategias correspondientes a procesos, competencias y buenas prácticas por parte de los principales autores de la inteligencia emocional.
- Examinar los principales beneficios de la inteligencia emocional relacionados con el rendimiento personal y laboral, y el desarrollo personal y de vida saludable.

Audiencia Todos los públicos

Prerrequisitos Ninguno

Horas 50

Tutor: Judit Álvarez

Contenido

Módulo 1. Componentes de la Inteligencia Emocional

1. Agentes Formadores de la Inteligencia Emocional en La vida del Ser Humano.
2. Competencias Emocionales.
 - 2.1 Auto-conciencia y Reconocimiento de la emoción del otro.
 - 2.2 Auto-aceptación y Aceptación de la emoción del otro
 - 2.3 Auto-regulación e Influencia en las emociones de otros
 - 2.4 Auto-análisis e indagación de la emoción del otro
 - 1.5 Expresión y Escuchar la expresión de las emociones de otros
3. Habilidades Personales

EVALUACION

Módulo 2. Educación Emocional.

1. Componentes de la educación Emocional.
 - 1.1. Dinámica de grupos.
 - 1.2. Negociar soluciones.
 - 1.3. Conexión personal.
 1. 4. Análisis social.
2. La Habilidad de Aprender en relación con la Inteligencia Emocional. Daniel Goleman.
3. Educación emocional y competencias básicas.

EVALUACION

Módulo 3. Dimensión social de la inteligencia emocional

1. Dinámicas emocionales de los grupos.
2. Habilidades Sociales.
 - 2.1 Escucha activa
 - 2.2 Asertividad
 - 2.3 Validación emocional
 - 2.4 Empatía
 - 2.5 Capacidad de negociación

2.6 Pensamiento positivo

2.7 Apertura de mente

2.8 Resiliencia

3. Estrategias de intervención basadas en la inteligencia emocional

EVALUACION

Módulo 4. Intervenciones psicosociales desde la inteligencia emocional

1. Intervención socioeducativa.

2. Intervenciones psicoterapéuticas en el ámbito de la salud.

3. La inteligencia emocional en infancia y adolescencia.

4. Competencias socioemocionales en la familia, la escuela.

5. Inteligencia emocional y diversidad funcional.

6. Inteligencia emocional y tercera edad.

7. Inteligencia emocional e Intervención con animales.

EVALUACION

Módulo 5. Inteligencia emocional, psicopatología y estrategias de desarrollo emocional.

1. Psicopatología infantojuvenil

2. Psicopatología de la persona adulta

3. Terapia basada en inteligencia emocional (TIE)

4. Mindfulness

EVALUACION

Módulo 6. Nuevos paradigmas centrados en la Inteligencia Emocional.

1. Atención centrada en la Persona. ACP en entornos socio sanitarios.

2. La sinergia de los hábitos de la efectividad personal y organizacional, en entornos laborales.

3. Paradigmas centrados en la atención a la interculturalidad.

4. Paradigmas centrados en la atención a las situaciones de vulnerabilidad y el riesgo de exclusión social.

EVALUACION

EXAMEN FINAL