



TÉCNICAS EN INTELIGENCIA EMOCIONAL Y MANEJO DE CONFLICTOS

Impartido por: **Capacitaciones GoCursos Spa**

Modalidad
Presencial/Elearning

Reunión con Relator
Costo 0

Incluye
Diploma y Certificado





Objetivo general

Desarrollar habilidades emocionales y de resolución de conflictos para mejorar la comunicación y el ambiente laboral.



Objetivos específicos

- Comprender la importancia de la inteligencia emocional en el entorno laboral.
- Identificar y gestionar las propias emociones y las de los demás.
- Aplicar técnicas efectivas para el manejo de conflictos.



Modalidad

Presentamos todas las modalidades que ofrecemos a nuestros alumnos.



ONLINE

Clases asincrónicas, entregándote la libertad de estudiar en el momento y lugar que tú decidas.



ONLINE EN VIVO

Clases remotas en vivo, donde profesor y alumnos se conectan e interactúan en tiempo real, en una fecha y horario establecido



PRESENCIAL

Asiste físicamente a las clases, en nuestras salas o en las propias dependencias del cliente.

Temario del curso:

Módulo 1

Introducción A La Inteligencia Emocional

Duración: 2 horas

Contenidos:

Definición de inteligencia emocional.

Importancia en el ámbito personal y profesional.

Componentes de la inteligencia emocional.

Beneficios de desarrollar inteligencia emocional.

Actividad práctica: Dinámica de autoconocimiento emocional.

Módulo 2

Autoconciencia Y Autocontrol

Duración: 2 horas

Contenidos:

Identificación de emociones propias.

Técnicas de autocontrol emocional.

Impacto del autocontrol en las relaciones laborales.

Prácticas de mindfulness para el autocontrol.

Actividad práctica: Ejercicios de respiración y reflexión personal.

Módulo 3

Empatía Y Habilidades Sociales

Duración: 1.5 horas

Contenidos:

Concepto de empatía y su importancia.

Desarrollo de habilidades de escucha activa.

Resolución de conflictos a través de la empatía.

Construcción de relaciones efectivas.

Actividad práctica: Role-playing para fomentar la empatía.

Módulo 4

Manejo De Conflictos

Duración: 1.5 horas

Contenidos:

Identificación de fuentes de conflicto.

Estrategias de resolución de conflictos.

Comunicación asertiva en situaciones de conflicto.

Negociación y mediación efectiva.

Actividad práctica: Simulación de resolución de conflictos laborales.

Módulo 5

Aplicación Práctica De Técnicas Emocionales

Duración: 1 hora

Contenidos:

Integración de técnicas de inteligencia emocional.

Prácticas para el desarrollo continuo.

Evaluación personal de avances.

Plan de acción para el desarrollo emocional.

Actividad práctica: Elaboración de un plan personal de desarrollo emocional.

y mucho más...

Datos del Organismo Capacitador:

Nombre Empresa OTEC:	Capacitaciones GoCursos SPA
Rut:	77919346-2
Giro:	Servicio de Capacitaciones
Dirección	Irrazaval 690 Ñuñoa Santiago de Chile
Cuenta Bancaria	Cuenta Corriente 95466877 Banco Santander
Email:	contacto@gocursos.cl