



# Desarrollo práctico de tu inteligencia emocional

En el entorno actual, el éxito profesional y personal **está cada vez más vinculado a la inteligencia emocional que al coeficiente intelectual**. La capacidad de reconocer y gestionar las emociones propias y ajenas, de motivarse y de establecer relaciones efectivas es crucial en cualquier ámbito laboral.

El curso "**Desarrollo práctico de tu inteligencia emocional**" te ofrece las **herramientas necesarias para comprender, desarrollar y aplicar la inteligencia emocional en tu día a día profesional**. A través de una metodología práctica, aprenderás cómo esta competencia puede transformar tu capacidad de liderazgo, mejorar la motivación y el trabajo en equipo, y fortalecer las relaciones con clientes, proveedores y colegas.

Además de **mejorar el clima laboral y la reputación corporativa**, invertir en inteligencia emocional también puede **aumentar tu bienestar personal**, haciendo que el éxito profesional vaya de la mano con una mayor felicidad.



Ejercicios prácticos con role play



Test para el autoconocimiento



Dinámicas de autoexpresión



Coaching individualizado



Certificado





1-2

# Desarrollo práctico de tu inteligencia emocional

Lo que se consigue con este programa de formación:



**Comprender qué es la inteligencia emocional** y cómo está presente en tu vida personal y profesional.



**Aprender a percibir tus propias emociones y a manejarlas** con eficiencia en los entornos laborales.



**Fortalecer tu autoestima y tu motivación** a través de un mejor autoconocimiento y por medio de la educación emocional.



**Conocer cuáles son las principales competencias y habilidades emocionales** y qué beneficios aportan en el ámbito laboral.



**Aprender a diagnosticar en uno mismo debilidades y fortalezas emocionales** y a detectarlas en los demás.



**Aplicar la empatía, la asertividad y la capacidad de escucha a los ámbitos profesionales**, en los procesos de selección de personal, de toma de decisiones, de motivación de equipos y de negociación y conflicto.



Ejercicios prácticos con role play



Test para el autoconocimiento



Dinámicas de autoexpresión



Coaching individualizado



Certificado