

## Curso en Inteligencia Emocional en Recursos Humanos





**Elige aprender en la escuela  
líder en formación para profesionales**

# ÍNDICE

**1 | Somos INESEM**

**4 | By EDUCA  
EDTECH  
Group**

**7 | Programa  
Formativo**

**2 | Rankings**

**5 | Metodología  
LXP**

**8 | Temario**

**3 | Alianzas y  
acreditaciones**

**6 | Razones por las  
que elegir  
Inesem**

**9 | Contacto**

[Ver en la web](#)

## SOMOS INESEM

---

INESEM es una **Business School online** especializada con un fuerte sentido transformacional. En un mundo cambiante donde la tecnología se desarrolla a un ritmo vertiginoso nosotros somos activos, evolucionamos y damos respuestas a estas situaciones.

Apostamos por **aplicar la innovación tecnológica a todos los niveles en los que se produce la transmisión de conocimiento**. Formamos a profesionales altamente capacitados para los trabajos más demandados en el mercado laboral; profesionales innovadores, emprendedores, analíticos, con habilidades directivas y con una capacidad de añadir valor, no solo a las empresas en las que estén trabajando, sino también a la sociedad. Y todo esto lo podemos realizar con una base sólida sostenida por nuestros objetivos y valores.

Más de  
**18**  
años de  
experiencia

Más de  
**300k**  
estudiantes  
formados

Más de un  
**90%**  
tasa de  
empleabilidad

Hasta un  
**100%**  
de financiación

Hasta un  
**50%**  
de los estudiantes  
repite

Hasta un  
**25%**  
de estudiantes  
internacionales

[Ver en la web](#)



A way to learn, a way to grow  
**Elige Inesem**



**QS, sello de excelencia académica**  
Inesem: 5 estrellas en educación online

## RANKINGS DE INESEM

INESEM Business School ha obtenido reconocimiento tanto a nivel nacional como internacional debido a su firme compromiso con la innovación y el cambio.

Para evaluar su posición en estos rankings, se consideran diversos indicadores que incluyen la percepción online y offline, la excelencia de la institución, su compromiso social, su enfoque en la innovación educativa y el perfil de su personal académico.



[Ver en la web](#)

## ALIANZAS Y ACREDITACIONES

---

### Relaciones institucionales



### Relaciones internacionales



### Acreditaciones y Certificaciones



[Ver en la web](#)

## BY EDUCA EDTECH

---

Inesem es una marca avalada por **EDUCA EDTECH Group**, que está compuesto por un conjunto de experimentadas y reconocidas **instituciones educativas de formación online**. Todas las entidades que lo forman comparten la misión de **democratizar el acceso a la educación** y apuestan por la transferencia de conocimiento, por el desarrollo tecnológico y por la investigación.



### ONLINE EDUCATION

---



[Ver en la web](#)



# METODOLOGÍA LXP

---

La metodología **EDUCA LXP** permite una experiencia mejorada de aprendizaje integrando la AI en los procesos de e-learning, a través de modelos predictivos altamente personalizados, derivados del estudio de necesidades detectadas en la interacción del alumnado con sus entornos virtuales.

EDUCA LXP es fruto de la **Transferencia de Resultados de Investigación** de varios proyectos multidisciplinares de I+D+i, con participación de distintas Universidades Internacionales que apuestan por la transferencia de conocimientos, desarrollo tecnológico e investigación.



## 1. Flexibilidad

Aprendizaje 100% online y flexible, que permite al alumnado estudiar donde, cuando y como quiera.



## 2. Accesibilidad

Cercanía y comprensión. Democratizando el acceso a la educación trabajando para que todas las personas tengan la oportunidad de seguir formándose.



## 3. Personalización

Itinerarios formativos individualizados y adaptados a las necesidades de cada estudiante.



## 4. Acompañamiento / Seguimiento docente

Orientación académica por parte de un equipo docente especialista en su área de conocimiento, que aboga por la calidad educativa adaptando los procesos a las necesidades del mercado laboral.



## 5. Innovación

Desarrollos tecnológicos en permanente evolución impulsados por la AI mediante Learning Experience Platform.



## 6. Excelencia educativa

Enfoque didáctico orientado al trabajo por competencias, que favorece un aprendizaje práctico y significativo, garantizando el desarrollo profesional.



Programas  
**PROPIOS**  
**UNIVERSITARIOS**  
**OFICIALES**

## RAZONES POR LAS QUE ELEGIR INESEM

### 1. Nuestra Experiencia

- ✓ Más de 18 años de experiencia.
- ✓ Más de 300.000 alumnos ya se han formado en nuestras aulas virtuales
- ✓ Alumnos de los 5 continentes.
- ✓ 25% de alumnos internacionales.
- ✓ 97% de satisfacción
- ✓ 100% lo recomiendan.
- ✓ Más de la mitad ha vuelto a estudiar en Inesem.

### 2. Nuestro Equipo

En la actualidad, Inesem cuenta con un equipo humano formado por más **400 profesionales**. Nuestro personal se encuentra sólidamente enmarcado en una estructura que facilita la mayor calidad en la atención al alumnado.

### 3. Nuestra Metodología

#### 100% ONLINE



Estudia cuando y desde donde quieras. Accede al campus virtual desde cualquier dispositivo.

#### APRENDIZAJE



Pretendemos que los nuevos conocimientos se incorporen de forma sustantiva en la estructura cognitiva

#### EQUIPO DOCENTE



Inesem cuenta con un equipo de profesionales que harán de tu estudio una experiencia de alta calidad educativa.



#### NO ESTARÁS SOLO

Acompañamiento por parte del equipo de tutorización durante toda tu experiencia como estudiante

[Ver en la web](#)

## 4. Calidad AENOR

- ✓ Somos Agencia de Colaboración N°99000000169 autorizada por el Ministerio de Empleo y Seguridad Social.
- ✓ Se llevan a cabo auditorías externas anuales que garantizan la máxima calidad AENOR.
- ✓ Nuestros procesos de enseñanza están certificados por AENOR por la ISO 9001.



## 5. Somos distribuidores de formación

Como parte de su infraestructura y como muestra de su constante expansión Euroinnova incluye dentro de su organización una **editorial** y una **imprenta digital industrial**.

[Ver en la web](#)

## Curso en Inteligencia Emocional en Recursos Humanos



DURACIÓN  
200 horas



MODALIDAD  
ONLINE



ACOMPAÑAMIENTO  
PERSONALIZADO

### Titulación

Titulación Expedida y Avalada por el Instituto Europeo de Estudios Empresariales. "Enseñanza No Oficial y No Conducente a la Obtención de un Título con Carácter Oficial o Certificado de Profesionalidad."



#### INESEM BUSINESS SCHOOL

como centro acreditado para la impartición de acciones formativas  
expide el presente título propio

#### NOMBRE DEL ALUMNO/A

con número de documento XXXXXXXXX ha superado los estudios correspondientes de

#### NOMBRE DEL CURSO

con una duración de XXX horas, perteneciente al Plan de Formación de Inesem Business School.  
Y para que surta los efectos pertinentes queda registrado con número de expediente XXXX/XXXX-XXXX-XXXX.

Con una calificación XXXXXXXXXXXXXXXX.

Y para que conste expedido la presente titulación en Granada, a (día) de (mes) del (año).

NOMBRE ALUMNO/A  
Firma del Alumno/a

NOMBRE DE ÁREA MANAGER  
La Dirección Académica



Con Estatuto Consultivo, Categoría Especial del Consejo Económico y Social de la UNESCO (Nº resolución 4046)

[Ver en la web](#)

## Descripción

La Inteligencia Emocional en Recursos Humanos nos permite mejorar nuestras relaciones personales y, por ende, volverse más productivo laboralmente, sin descuidar el equilibrio personal que requiere el ser humano para que la productividad se mantenga a largo plazo. Con este Curso en Inteligencia Emocional en Recursos Humanos aprenderás a gestionar el pensamiento, las emociones y la conducta para encontrar el equilibrio en el trabajo, así como las estrategias que se pueden llevar a cabo para identificar y manejar el estrés laboral, aplicando las herramientas y habilidades sociales, tanto individuales como grupales, para mejorar las relaciones interpersonales en los equipos de trabajo de las organizaciones.

## Objetivos

- Aplicar las técnicas de Inteligencia Emocional para la mejora de la satisfacción laboral.
- Identificar los casos de estrés laboral y el burnout, tanto a nivel personal como en el entorno que nos rodea.
- Desarrollar nuestra capacidad de comunicación asertiva y negociación a la hora de afrontar y prevenir conflictos.
- Analizar qué estrategias de prevención, control y manejo de estrés laboral existen, así como el modo de llevarlas a la práctica.

## Para qué te prepara

El Curso en Inteligencia Emocional en Recursos Humanos está dirigido a aquellos profesionales que gestionen equipos de personas, ya sean Responsables de Recursos Humanos o personal vinculado a este departamento, así como a todas aquellas personas que quieran ampliar sus conocimientos sobre la aplicación de la Inteligencia Emocional en el ámbito laboral y la prevención del estrés.

## A quién va dirigido

El Curso en Inteligencia Emocional en Recursos Humanos te guiará alrededor de una serie de herramientas, tanto de autoanálisis como de actividades prácticas, que te permitirán adquirir mejores estrategias para desarrollar tu función de servidor de otros y de gestión continua entre la empresa y sus colaboradores. Aprenderás también formas de relación efectivas y sinceras para un resultado en tu toma de decisiones.

[Ver en la web](#)

## Salidas laborales

---

Gracias al Curso en Inteligencia Emocional en Recursos Humanos podrás aumentar tus conocimientos y aptitudes profesionales para ejercer en sectores tan diversos como los Recursos Humanos, la Dirección de Personas, la Formación, la Psicología y el Coaching. En general, la inteligencia emocional se puede aplicar en todas aquellas situaciones donde confluyen varias personas.

[Ver en la web](#)

## TEMARIO

---

### UNIDAD DIDÁCTICA 1. INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ÉXITO LABORAL

1. El modelo de Inteligencia Emocional en las empresas
2. Satisfacción laboral: la reconceptualización del trabajo
3. Actitudes, comportamiento y creencias ante el trabajo
4. Desarrollo de las competencias personales para la consecución del éxito profesional
5. Establecimiento de prioridades y formulación de objetivos

### UNIDAD DIDÁCTICA 2. INTELIGENCIA EMOCIONAL EN LA ORGANIZACIÓN

1. Proceso de aprendizaje de competencias emocionales
2. Asertividad Vs. Competitividad en las relaciones organizacionales
3. Optimización de recursos
4. Urgencia, importancia, acción y reacción
5. Estrategias para el abordaje del desgaste laboral. Combatiendo el burnout

### UNIDAD DIDÁCTICA 3. PROGRAMACIÓN NEUROLINGÜÍSTICA COMO RECURSO PARA LA MEJORA DE LA IE

1. Conceptualización de la Programación Neurolingüística
2. Cambio sistemático: el aprendizaje a través de niveles
3. Diseño del plan de acción

### UNIDAD DIDÁCTICA 4. NUEVAS PERSPECTIVAS EN LA DIRECCIÓN DE PERSONAS: EL DESARROLLO DE LAS CAPACIDADES PERSONALES

1. Selección de personal con alta capacitación socioemocional
2. Los beneficios del desarrollo de las capacidades emocionales en los recursos humanos
3. Programas de desarrollo de la IE en la empresa
4. La importancia de saber gestionar el tiempo
5. La gestión eficaz de equipos
6. Desarrollo de habilidades para la dirección de reuniones

### UNIDAD DIDÁCTICA 5. DESARROLLO DE LAS CAPACIDADES PERSONALES EN LA ALTA DIRECCIÓN

1. La importancia de desarrollar las habilidades directivas
2. Aplicación de técnicas para la mejora de la comunicación en la empresa
3. Desarrollo de la creatividad para las soluciones innovadoras
4. Aplicación de técnicas para aumentar la motivación
5. Aprender a repartir las responsabilidades
6. Aplicación de técnicas para la toma de decisiones

### UNIDAD DIDÁCTICA 6. DESARROLLO DE LAS HABILIDADES DE LIDERAZGO

1. Conceptualización del liderazgo y teorías explicativas

Ver en la web

2. La inteligencia emocional del líder
3. Desarrollo de líderes carismáticos
4. Autogestión para la eficiencia
5. Desarrollo de habilidades de influencia y persuasión
6. El empoderamiento en la organización

#### UNIDAD DIDÁCTICA 7. EL ESTRÉS LABORAL

1. Introducción
2. Concepto y modelos teóricos del estrés laboral
3. Desarrollo del estrés laboral
4. Tipos de estrés laboral
5. Causas del estrés laboral
6. Síntomas del estrés laboral
7. Consecuencias del estrés laboral

#### UNIDAD DIDÁCTICA 8. LA AUTOESTIMA: CONCEPTOS CLAVES PARA LUCHAR CONTRA EL ESTRÉS

1. Definición de autoestima: autoestima alta, baja y su desarrollo
2. Auto-respeto
3. Como hacer frente a las críticas. Responder a las quejas
4. Creatividad y auto-realización en el trabajo

#### UNIDAD DIDÁCTICA 9. PREVENCIÓN Y MANEJO DEL ESTRÉS LABORAL

1. Medidas de prevención e intervención
2. Técnicas para la prevención del estrés
3. Intervención en situaciones de crisis

#### UNIDAD DIDÁCTICA 10. TÉCNICAS DE AUTOCONTROL EMOCIONAL

1. Imaginación/visualización
2. Entrenamiento asertivo
3. Técnica de control de la respiración
4. Administración del tiempo
5. La relajación
6. Metáfora

#### UNIDAD DIDÁCTICA 11. TÉCNICAS COGNITIVAS

1. Solución de problemas
2. Detención del pensamiento
3. La inoculación del estrés
4. La sensibilización encubierta
5. Terapia racional emotiva de Ellis

#### UNIDAD DIDÁCTICA 12. TÉCNICAS GRUPALES

1. Dinámicas de grupos

[Ver en la web](#)

## Solicita información sin compromiso

**¡Matricularme ya!**

### Teléfonos de contacto

 +34 958 050 240

### ¡Encuéntranos aquí!

Edificio Educa Edtech

Camino de la Torrecilla N.º 30 EDIFICIO EDUCA EDTECH,  
Oficina 34, C.P. 18200, Maracena (Granada)

 formacion.continua@inesem.es

 [www.formacioncontinua.eu](http://www.formacioncontinua.eu)

### Horario atención al cliente

Lunes a Jueves: 09:00 a 20:00

Viernes: 9:00 a 14:00

[Ver en la web](#)

