



INESEM

BUSINESS SCHOOL

Máster en Desarrollo Personal y Liderazgo + Titulación Universitaria

+ Información Gratis

titulación de formación continua bonificada expedida por el instituto europeo de estudios empresariales

Máster en Desarrollo Personal y Liderazgo + Titulación Universitaria

duración total: 800 horas

horas teleformación: 300 horas

precio: 0 € *

modalidad: Online

* hasta 100 % bonificable para trabajadores.

descripción

Si trabaja en el entorno de la psicología y desea especializarse en el tratamiento de la inteligencia emocional, así como realizar procesos para intervenir en la autoestima del paciente este es su momento, con el Master en Desarrollo Personal y Liderazgo podrá adquirir los conocimientos necesarios para desarrollar esta función de la mejor manera posible. Las técnicas de control y las habilidades de inteligencia emocional son prácticas y destrezas fundamentales en situaciones donde confluyen varias personas y en concreto en el aspecto laboral, así el Master en Desarrollo Personal y Liderazgo se convierte en una oportunidad solvente para aquellos que, aun estando integrados perfectamente en su puesto de trabajo, deban actualizar y ampliar conocimientos o ejercitarse en nuevos aspectos como los que presentamos. Además podrá aprender más sobre las terapias centradas en las emociones.



+ Información Gratis

a quién va dirigido

Todos aquellos trabajadores y profesionales en activo que deseen adquirir o perfeccionar sus conocimientos técnicos en este área.

objetivos

- Enseñar al alumno los conceptos básicos relacionados con la Inteligencia Emocional, para que sea capaz de identificar las emociones, efectos y acciones que pueda provocar una situación del conflicto.
- Conocer qué es el autocontrol emocional y diferentes técnicas para desarrollarlo.
- Contribuir a la competitividad de las empresas favoreciendo la introducción de las técnicas de control e inteligencia emocional, asegurando la adaptación de los trabajadores a los cambios producidos.
- Destacar la importancia de la idea que el alumno debe interiorizar, al tratarse de un trabajo o tarea de congruencia directa con personas, las cualidades de empatía, responsabilidad y capacidad de dirección deben ser primordiales en la persona que encarne el perfil en cuestión.
- Aprender en qué consiste la emoción como variable hipotética, su funcionalidad y conceptualización.
- Aprender las funciones y localización de las glándulas endocrinas.
- Conocer los mecanismos de defensa, células y tejidos del sistema inmune.
- Diferenciar entre las distintas teorías de las emociones y sus características.
- Describir las funciones de las emociones y su impacto en la salud.

para qué te prepara

El Master en Desarrollo Personal y Liderazgo prepara al alumno para dominar a nivel teórico-práctico las técnicas de control del estrés e inteligencia emocional más eficaces y útiles. Además con el Master en Desarrollo Personal y Liderazgo será capaz de intervenir y tratar la autoestima del paciente, así como a emplear técnicas de psicología para las emociones.

salidas laborales

Psicólogos / Coaching Empresarial / Pedagogos / Profesores / Educadores.

titulación

Una vez finalizado el curso, el alumno recibirá por parte de INESEM vía correo postal, la Titulación Oficial que acredita el haber superado con éxito todas las pruebas de conocimientos propuestas en el mismo.

Esta titulación incluirá el nombre del curso/máster, la duración del mismo, el nombre y DNI del alumno, el nivel de aprovechamiento que acredita que el alumno superó las pruebas propuestas, las firmas del profesor y Director del centro, y los sellos de la instituciones que avalan la formación recibida (Instituto Europeo de Estudios Empresariales).



INSTITUTO EUROPEO DE ESTUDIOS EMPRESARIALES

como centro de Formación acreditado para la impartición a nivel nacional de formación
EXPIDE LA SIGUIENTE TITULACIÓN

NOMBRE DEL ALUMNO/A

con D.N.I. XXXXXXXX ha superado los estudios correspondientes de

Nombre de la Acción Formativa

de XXX horas, perteneciente al Plan de Formación INESEM en la convocatoria de XXXX
Y para que surta los efectos pertinentes queda registrado con número de expediente XXXX- XXXX-XXXX-XXXXXX

Con una calificación de SOBRESALIENTE

Y para que conste expido la presente TITULACIÓN en
Granada, a (día) de (mes) de (año)

La dirección General

MARIA MORENO HIDALGO

Firma del alumno/a

Sello

NOMBRE DEL ALUMNO/A



forma de bonificación

- Mediante descuento directo en el TC1, a cargo de los seguros sociales que la empresa paga cada mes a la Seguridad Social.

metodología

El alumno comienza su andadura en INESEM a través del Campus Virtual. Con nuestra metodología de aprendizaje online, el alumno debe avanzar a lo largo de las unidades didácticas del itinerario formativo, así como realizar las actividades y autoevaluaciones correspondientes. Al final del itinerario, el alumno se encontrará con el examen final, debiendo contestar correctamente un mínimo del 75% de las cuestiones planteadas para poder obtener el título.

Nuestro equipo docente y un tutor especializado harán un seguimiento exhaustivo, evaluando todos los progresos del alumno así como estableciendo una línea abierta para la resolución de consultas.

El alumno dispone de un espacio donde gestionar todos sus trámites administrativos, la Secretaría Virtual, y de un lugar de encuentro, Comunidad INESEM, donde fomentar su proceso de aprendizaje que enriquecerá su desarrollo profesional.

materiales didácticos

- Manual teórico 'Psicoterapia Emocional: Terapia Centrada en las Emociones'
- Manual teórico 'Psicología Social'
- Manual teórico 'Psicología de la Emoción'
- Manual teórico 'Gestión del Liderazgo'
- Manual teórico 'Inteligencia Emocional'
- Manual teórico 'Técnicas para Mejorar la Autoestima, el Autocontrol y la Comunicación'



+ Información Gratis

profesorado y servicio de tutorías

Nuestro equipo docente estará a su disposición para resolver cualquier consulta o ampliación de contenido que pueda necesitar relacionado con el curso. Podrá ponerse en contacto con nosotros a través de la propia plataforma o Chat, Email o Teléfono, en el horario que aparece en un documento denominado “Guía del Alumno” entregado junto al resto de materiales de estudio. Contamos con una extensa plantilla de profesores especializados en las distintas áreas formativas, con una amplia experiencia en el ámbito docente.

El alumno podrá contactar con los profesores y formular todo tipo de dudas y consultas, así como solicitar información complementaria, fuentes bibliográficas y asesoramiento profesional. Podrá hacerlo de las siguientes formas:

- **Por e-mail:** El alumno podrá enviar sus dudas y consultas a cualquier hora y obtendrá respuesta en un plazo máximo de 48 horas.

- **Por teléfono:** Existe un horario para las tutorías telefónicas, dentro del cual el alumno podrá hablar directamente con su tutor.

- **A través del Campus Virtual:** El alumno/a puede contactar y enviar sus consultas a través del mismo, pudiendo tener acceso a Secretaría, agilizando cualquier proceso administrativo así como disponer de toda su documentación



plazo de finalización

El alumno cuenta con un período máximo de tiempo para la finalización del curso, que dependerá de la misma duración del curso. Existe por tanto un calendario formativo con una fecha de inicio y una fecha de fin.

campus virtual online

especialmente dirigido a los alumnos matriculados en cursos de modalidad online, el campus virtual de ineseem ofrece contenidos multimedia de alta calidad y ejercicios interactivos.

comunidad

servicio gratuito que permitirá al alumno formar parte de una extensa comunidad virtual que ya disfruta de múltiples ventajas: becas, descuentos y promociones en formación, viajes al extranjero para aprender idiomas...

revista digital

el alumno podrá descargar artículos sobre e-learning, publicaciones sobre formación a distancia, artículos de opinión, noticias sobre convocatorias de oposiciones, concursos públicos de la administración, ferias sobre formación, etc.

secretaría

Este sistema comunica al alumno directamente con nuestros asistentes, agilizando todo el proceso de matriculación, envío de documentación y solución de cualquier incidencia.

Además, a través de nuestro gestor documental, el alumno puede disponer de todos sus documentos, controlar las fechas de envío, finalización de sus acciones formativas y todo lo relacionado con la parte administrativa de sus cursos, teniendo la posibilidad de realizar un seguimiento personal de todos sus trámites con INESEM

programa formativo

PARTE 1. PSICOLOGÍA SOCIAL

UNIDAD DIDÁCTICA 1. PSICOLOGÍA GENERAL Y EVOLUTIVA

1. Personalidad
2. Teorías de la personalidad
 - 1.- Teorías individuales
 - 2.- Teorías sociales
 - 3.- Medir la personalidad
3. Formas de la conducta y de la conciencia
 - 1.- Actitudes. Conductas humanas
 - 2.- Operatividad
 - 3.- Formas elementales de conducta y conciencia
4. Mecanismos de defensa de la personalidad
 - 1.- Represión
 - 2.- Negación de la realidad
 - 3.- Fantasías
 - 4.- Racionalización
 - 5.- Formación reactiva
 - 6.- Proyección
5. Tipos de temperamentos
 - 1.- Definiciones de temperamento
 - 2.- Sanguíneo
 - 3.- Colérico
 - 4.- Melancólico
 - 5.- Flemático

UNIDAD DIDÁCTICA 2. PSICOLOGÍA EN ADULTOS

1. Introducción
2. Evaluación Psicológica y Clínica
 - 1.- La importancia científica de los modelos
 - 2.- Modelo psicométrico o del atributo
 - 3.- Modelo médico
 - 4.- Modelo Dinámico
 - 5.- Modelo fenomenológico
 - 6.- La evaluación conductual
 - 7.- Implicaciones evaluativas de la psicología cognitiva
 - 8.- Modelos integradores: enfoque bio-psico- social
3. Habilidades del terapeuta

UNIDAD DIDÁCTICA 3. FACTORES DE LOS TRATAMIENTOS PSICOLÓGICOS

1. Introducción
2. Qué es un tratamiento psicológico
3. Psicólogo & Psiquiatra
4. Momento para el tratamiento y sus tipos
5. Profesionales que realizan tratamientos psicológicos
 - 1.- Psiquiatras
 - 2.- Psicólogos
6. Dónde encontrar tratamientos psicológicos
 - 1.- Centros públicos
 - 2.- Centros privados
7. Eficacia de los tratamientos psicológicos

8. Evaluar la eficacia de los tratamientos

- 1.- Cómo saber si es eficaz un tratamiento psicológico
- 2.- Ventajas para los profesionales y usuarios de la evaluación de la eficacia de los tratamientos
- 3.- Tratamientos considerados eficaces
- 4.- Tratamientos con apoyo empírico para diferentes trastornos en adultos
- 5.- Tratamientos con apoyo empírico para diferentes trastornos en niños y adolescentes
- 6.- El futuro de los tratamientos psicológicos y la evaluación de su eficacia

UNIDAD DIDÁCTICA 4. NOCIONES PSICOLÓGICAS BÁSICAS

1. Concepto de salud

- 1.- Salud y enfermedad
- 2.- Protección de la salud
- 3.- Factores que determinan la salud

2. Aspectos emocionales implicados en la enfermedad

3. La motivación

4. Frustración y conflicto

5. Salud mental y psicoterapia

UNIDAD DIDÁCTICA 5. PSICOLOGÍA SOCIAL

1. Introducción

- 1.- Concepto de Psicología Social
- 2.- Comienzo de la Psicología Social

2. Principales experimentos en Psicología Social

- 1.- Experimento de Solomon Asch (1951 - 1953)
- 2.- Experimento de Stanley Milgram (1961)
- 3.- Experimento de Darley y Bibb Latané (1968)
- 4.- Experimento de Philip Zimbardo (1971)
- 5.- Experimento de Darley y Batson (1973)

UNIDAD DIDÁCTICA 6. INTERACCIÓN SOCIAL

1. Introducción

2. Reduccionismo psicológico

- 1.- Principios del reduccionismo Psicológico
- 2.- Determinismo social
- 3.- Problemas derivados de la interacción social

UNIDAD DIDÁCTICA 7. COGNICIÓN SOCIAL

1. La Cognición Social

2. Evaluación de la cognición social

3. Adicciones: una perspectiva desde la neurociencia cognitiva social

- 1.- Deterioro en el procesamiento y la representación de la prominencia o recompensas
- 2.- Deterioro del razonamiento social y la toma de decisiones
- 3.- Deterioro del control voluntario
- 4.- Deterioro del valor de la conciencia de las consecuencias adversas graves.

4. Categorización social y Prototipos

5. Esquemas Sociales

6. Inferencia Social

UNIDAD DIDÁCTICA 8. PROCESOS DE ATRIBUCIÓN

1. Procesos de atribución

2. Teorías de la atribución

3. Errores de la atribución

4. La Heurística

- 1.- Tipos de heurísticos

UNIDAD DIDÁCTICA 9. EL GRUPO: ELEMENTOS, CARACTERÍSTICAS Y ROLES

1. El grupo

2. Clasificación de los grupos

- 1.- Grupos según la relación afectiva que se establece entre ellos
- 2.- Grupos según la adscripción del individuo al grupo
- 3.- Grupos según el motivo de su constitución

3. Estructura del grupo

- 1.- Estructura afectiva: el análisis sociométrico
- 2.- Estructura de poder
- 3.- Estructura comunicativa

4. Funciones de los grupos

5. Etapas de formación de los grupos

6. Los roles en los grupos

7. La cohesión en el grupo

8. Principios de funcionamiento del grupo

UNIDAD DIDÁCTICA 10. EL LIDERAZGO EFICAZ DENTRO DEL GRUPO

1. Conceptualización

- 1.- Definición de liderazgo
- 2.- Evolución histórica del liderazgo

2. Estilos de liderazgo

- 1.- Estilo coercitivo
- 2.- Estilo orientativo
- 3.- Estilo participativo
- 4.- Estilo afiliativo
- 5.- Estilo imitativo
- 6.- Estilo capacitador

3. El líder

- 1.- Cualidades que debe tener un líder eficaz
- 2.- Características de un líder eficaz

4. Papel del líder dentro del grupo

5. Estrategias y posibilidades para liderar de forma eficaz

UNIDAD DIDÁCTICA 11. LA COMUNICACIÓN

1. La comunicación y sus elementos

2. La comunicación verbal

3. La comunicación no verbal

- 1.- El paralenguaje
- 2.- La kinésica
- 3.- La próxemica

4. La escucha activa

- 1.- ¿Cuál es la diferencia entre oír y escuchar?
- 2.- Barreras y obstáculos de la escucha activa
- 3.- Consejos para escuchar activamente

UNIDAD DIDÁCTICA 12. RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS

1. ¿Qué es el conflicto?

- 1.- Causas de los conflictos
- 2.- Tipos de conflicto
- 3.- Formas negativas de enfrentarse al conflicto

2. La resolución de conflictos

- 1.- Pasos para la resolución de conflictos
- 2.- Vías para la resolución de conflictos

3. La negociación

- 1.- Pasos a seguir en la negociación
- 2.- Estilos para la resolución de conflictos
- 3.- Estrategias para afrontar los conflictos

4.- Habilidades y técnicas de negociación

4.La creatividad en la toma de decisiones ante un conflicto

UNIDAD DIDÁCTICA 13. LAS HABILIDADES SOCIALES Y LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

1.¿Qué son las habilidades sociales?

- 1.- Clases de habilidades sociales
- 2.- Relación de habilidades sociales

2.La asertividad

- 1.- Estrategias para mejorar la asertividad
- 2.- Técnicas o conductas asertivas

3.La Inteligencia emocional

- 1.- Orígenes de la inteligencia emocional
- 2.- La aparición de la inteligencia emocional
- 3.- Las competencias emocionales de Goleman

4.Autoconcepto y autoestima

5.La empatía

UNIDAD DIDÁCTICA 14. TÉCNICAS Y DINÁMICAS DE GRUPO

1.¿Qué es la dinámica de grupos?

- 1.- Definición
- 2.- Orígenes históricos

2.¿Qué son las técnicas grupales?

- 1.- Definición y objetivos de las técnicas grupales
- 2.- Utilidad de las técnicas grupales

3.Clasificación de las técnicas grupales

- 1.- Técnicas de discusión y obtención de ideas
- 2.- Técnicas de dramatización
- 3.- Técnicas de formación de grupos
- 4.- La ventana de Johari

4.Fundamentos de selección y aplicación de las técnicas grupales

- 1.- Criterios de selección de la técnica
- 2.- Normas generales para el uso de las técnicas de grupo

UNIDAD DIDÁCTICA 15. TÉCNICAS PARA MEJORAR EL FUNCIONAMIENTO DE UN EQUIPO

1.Programa de entrenamiento

2.Técnicas de desarrollo en equipo

UNIDAD DIDÁCTICA 16. EVALUACIÓN DE SÍ MISMO. TÉCNICAS DE LA PERSONALIDAD

1.Inteligencias múltiples

- 1.- Inteligencia intrapersonal
- 2.- Inteligencia interpersonal
- 3.- Inteligencia emocional

2.Técnicas de afirmación de la personalidad; la autoestima

- 1.- Autoestima alta y baja
- 2.- Cómo se forma la autoestima
- 3.- Técnicas para mejorar la autoestima

3.Técnicas de afirmación de la personalidad; el autorrespeto

- 1.- Detención del pensamiento
- 2.- Pasos a seguir para desarrollar esta técnica

4.Técnicas de afirmación de la personalidad; la asertividad

- 1.- Conducta inhibida, agresiva y asertiva
- 2.- Entrenamiento en asertividad
- 3.- Técnicas para hacer frente a las críticas

PARTE 2. TÉCNICAS PARA MEJORAR LA

AUTOESTIMA, EL AUTOCONTROL Y LA COMUNICACIÓN

MÓDULO 1. AUTOESTIMA

UNIDAD DIDÁCTICA 1. DEFINICIÓN Y CARACTERÍSTICAS DE LA AUTOESTIMA

- 1.Introducción
- 2.¿Qué es la autoestima?
- 3.Desarrollo de la autoestima
- 4.Grados de autoestima
- 5.Importancia de la autoestima positiva
- 6.Autoestima alta y baja
- 7.Distorsiones cognitivas
- 8.Indicadores de autoestima

UNIDAD DIDÁCTICA 2. LA AUTOESTIMA A TRAVÉS DE LA HISTORIA

- 1.Breve reseña histórica
- 2.La autoestima en el mundo real
- 3.La autoestima en el capitalismo
- 4.La autoestima en el comunismo
- 5.La autoestima en el socialismo
- 6.El concepto capitalista de la autoestima: críticas y controversia

UNIDAD DIDÁCTICA 3. EL AUTOCONCEPTO

- 1.Introducción
- 2.Conceptos y teorías
- 3.Evaluación
- 4.Programas de intervención

UNIDAD DIDÁCTICA 4. AUTO-RESPECTO Y AUTO-REALIZACIÓN

- 1.Auto-respeto
- 2.Cómo hacer frente a las críticas: responder a las quejas
- 3.Creatividad y auto-realización en el trabajo

MÓDULO 2. AUTOCONTROL

UNIDAD DIDÁCTICA 5. EL AUTOCONTROL EMOCIONAL

- 1.Introducción
- 2.El autocontrol emocional
- 3.Las emociones
- 4.La ira
- 5.Formas concretas de manejar las emociones de ansiedad e ira

UNIDAD DIDÁCTICA 6. TÉCNICAS DE AUTOCONTROL EMOCIONAL

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

UNIDAD DIDÁCTICA 7. TÉCNICAS COGNITIVAS

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

UNIDAD DIDÁCTICA 8. TÉCNICAS GRUPALES

1. Dinámicas de grupos

UNIDAD DIDÁCTICA 9. LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

1. Concepto de inteligencia emocional
2. Teorías y modelos de la inteligencia emocional
3. Componentes de la inteligencia emocional
4. Aptitudes en las que se basa la inteligencia emocional
5. Evaluación de la inteligencia emocional
6. La inteligencia emocional en los equipos de trabajo
7. Programas de desarrollo de inteligencia emocional

MÓDULO 3. COMUNICACIÓN

UNIDAD DIDÁCTICA 10. LA COMUNICACIÓN

1. Conceptualización de la comunicación
2. Elementos constitutivos de la comunicación
3. Teorías de la comunicación según el contexto
4. Obstáculos en la comunicación
5. Tipos de comunicación

UNIDAD DIDÁCTICA 11. HABILIDADES Y COMPETENCIAS COMUNICATIVAS

1. Habilidades conversacionales
2. La escucha
3. La empatía
4. La reformulación
5. La aceptación incondicional
6. La destreza de personalizar
7. La conformación

PARTE 3. INTELIGENCIA EMOCIONAL

MÓDULO 1. INTRODUCCIÓN A LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

UNIDAD DIDÁCTICA 1. INTRODUCCIÓN A LA INTELIGENCIA

1. La inteligencia
 - 1.- Inteligencia y capacidad de aprendizaje
2. Inteligencia interpersonal
3. Inteligencia intrapersonal

UNIDAD DIDÁCTICA 2. INTRODUCCIÓN A LA EMOCIÓN

1. ¿Qué es la emoción?
2. La importancia de experimentar emociones
 - 1.- Funciones adaptativas
 - 2.- Funciones sociales
 - 3.- Funciones motivacionales
3. Valoración de situaciones y puesta en marcha de las emociones
4. Manifestaciones de la emoción
 - 1.- Nivel fisiológico
 - 2.- Nivel comportamental
 - 3.- Nivel cognitivo
5. Conceptos relacionados que no son emociones

UNIDAD DIDÁCTICA 3. CLASIFICACIÓN DE LAS EMOCIONES

1. Criterios para la clasificación de emociones
2. Emociones básicas o primarias
3. Emociones complejas o secundarias
 - 1.- La rueda de las emociones de Plutchik

- 4. Clasificación dimensional de las emociones
- 5. Clasificación psicopedagógica de las emociones
 - 1.- Emociones negativas
 - 2.- Emociones positivas
 - 3.- Emociones ambiguas

UNIDAD DIDÁCTICA 4. ¿QUÉ ES LA INTELIGENCIA EMOCIONAL? DEFINICIÓN

- 1. Concepto de inteligencia emocional
 - 1.- Aspectos biológicos de la inteligencia emocional
 - 2.- Origen de la inteligencia emocional
- 2. Componentes de la inteligencia emocional
 - 1.- Conciencia emocional
 - 2.- Control de las emociones
 - 3.- La motivación
 - 4.- Empatía
 - 5.- Relaciones sociales

UNIDAD DIDÁCTICA 5. TEORÍAS DE INTELIGENCIA EMOCIONAL: DANIEL GOLEMAN

- 1. Teorías y modelos de la IE. La figura de Goleman
- 2. Modelos de habilidades
 - 1.- Modelo de Salovey y Mayer
- 3. Modelos mixtos
 - 1.- Modelo de Daniel Goleman
 - 2.- Modelo de Bar-On
- 4. Otros modelos
 - 1.- El modelo de Cooper y Sawaf
 - 2.- El modelo de Boccardo, Sasia y Fontenla
 - 3.- Modelo de Rovira
 - 4.- El modelo de Vallés y Vallés
 - 5.- El modelo secuencial de autorregulación emocional
- 5. Teoría de las inteligencias múltiples de Gardner
 - 1.- Tipos de inteligencias de la teoría
 - 2.- Base teórica de los tipos de inteligencias
- 6. Teoría triárquica de la inteligencia

UNIDAD DIDÁCTICA 6. TEST DE INTELIGENCIA EMOCIONAL

- 1. Breve Historia de la medición de la Inteligencia
 - 1.- Orígenes de los test de Inteligencia
- 2. Aportaciones de los test de Inteligencia
- 3. Ejemplos de test e instrumentos para evaluar la inteligencia emocional
- 4. Críticas a los test de Inteligencia

MÓDULO 2. TALLER INTELIGENCIA EMOCIONAL: DINÁMICA DE INTELIGENCIA EMOCIONAL

UNIDAD DIDÁCTICA 7. PERSONALIDAD Y AUTOCONOCIMIENTO

- 1. Aproximación al concepto de personalidad
 - 1.- Estructura de la personalidad
 - 2.- Naturaleza de la personalidad
- 2. Importancia del autoconocimiento
- 3. Fases de autoconocimiento
 - 1.- Honestidad emocional
 - 2.- Energía emocional

UNIDAD DIDÁCTICA 8. HABILIDADES RELACIONADAS CON LA INTELIGENCIA EMOCIONAL (I)

- 1. Asertividad

1.- Conducta inhibida, asertiva y agresiva

2.- Entrenamiento en asertividad

2. Empatía

3. Autoestima

1.- Desarrollo de la autoestima

UNIDAD DIDÁCTICA 9. HABILIDADES RELACIONADAS CON LA INTELIGENCIA EMOCIONAL (II)

1. Control del estrés y la ansiedad

1.- El estrés

2.- La ansiedad

2. Comunicación

1.- Los axiomas de comunicación

2.- Pensamiento y Lenguaje

3.- El enfoque sistémico

UNIDAD DIDÁCTICA 10. TÉCNICAS PARA AUMENTAR LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

1. Imaginación/visualización

2. Reestructuración cognitiva

3. Autocontrol

4. La resolución de conflictos

1.- Resolución de problemas

5. Técnicas de resolución de conflictos: la negociación y la mediación

1.- Negociación

2.- Mediación

MÓDULO 3. INTELIGENCIA EMOCIONAL EN NIÑOS

UNIDAD DIDÁCTICA 11. EL DESARROLLO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

1. Desarrollo de la inteligencia emocional en la primera infancia

1.- Autorregulación e interés por el mundo

2.- De los 3 a los 7 meses

3.- Desarrollo de la comunicación intencional (3-10 meses)

4.- Aparición de un sentido organizado del yo (9-18 meses)

5.- Crear ideas emocionales (18-36 meses)

6.- Razonamiento emocional. El origen de la imaginación, sentido de la realidad y autoestima (30-40 meses)

2. El apego infantil

1.- Tipos de apego

3. El desarrollo emocional en la etapa de Educación Primaria

UNIDAD DIDÁCTICA 12. INTELIGENCIA EMOCIONAL EN LA EDUCACIÓN

1. La inteligencia emocional en el ámbito educativo

1.- Importancia de la enseñanza de la inteligencia emocional

2. La escuela como contexto socializador

1.- Estilos educativos de los profesores

2.- Consecuencias de los estilos educativos del profesor

3. El papel de los iguales en el desarrollo de las emociones

1.- Interacción entre iguales en contextos educativos

UNIDAD DIDÁCTICA 13. DIFICULTADES EMOCIONALES

1. Problemas en el desarrollo emocional

1.- Signos de alarma

2. Factores que influyen en los problemas emocionales

1.- Factores de riesgo

2.- Factores protectores

3. Dificultades emocionales en niños

1.- Ansiedad por separación

2.- Depresión

- 3.- Trastornos del espectro del autismo
- 4.- Trastorno de estrés postraumático

MÓDULO 4. INTELIGENCIA EMOCIONAL EN EL TRABAJO

UNIDAD DIDÁCTICA 14. INTELIGENCIA EMOCIONAL Y LA VIDA LABORAL

- 1.Experiencia laboral y calidad de vida
- 2.Aplicación de la IE a la vida laboral
- 3.IE y éxito laboral
- 4.Establecer objetivos adecuados
- 5.Competitividad

UNIDAD DIDÁCTICA 15. PNL E INTELIGENCIA EMOCIONAL

- 1.¿Qué es la Programación Neurolingüística?
 - 1.- Principios de funcionamiento
- 2.Elementos básicos de PNL
 - 1.- Programación
 - 2.- Neuro
 - 3.- Lingüística
- 3.Sistemas representacionales
- 4.Estrategias empleadas en PNL
 - 1.- Estrategias de cambio
 - 2.- Estrategias de negociación

UNIDAD DIDÁCTICA 16. DIRECCIÓN Y GESTIÓN EMPRESARIAL CON INTELIGENCIA EMOCIONAL

- 1.Las organizaciones vistas desde el punto de vista de la Inteligencia Emocional
- 2.Ventajas del uso de la inteligencia emocional en la empresa
- 3.RR.HH. con Inteligencia emocional
- 4.Gestión del tiempo
- 5.Gestión de equipos de trabajo
- 6.Gestión de reuniones

UNIDAD DIDÁCTICA 17. INTELIGENCIA EMOCIONAL 2.0

- 1.Inteligencia emocional 2.0
- 2.El autoconocimiento
 - 1.- Conciencia emocional
 - 2.- Autoconfianza
- 3.La autogestión
 - 1.- Autocontrol
 - 2.- Iniciativa y optimismo
- 4.La conciencia social
 - 1.- Empatía
 - 2.- Conciencia organizacional
- 5.La gestión de las relaciones
 - 1.- Liderazgo
 - 2.- Gestión de conflictos

PARTE 4. PSICOTERAPIA EMOCIONAL: TERAPIA CENTRADA EN LAS EMOCIONES

UNIDAD DIDÁCTICA 1. LAS EMOCIONES

- 1.Definición de las emociones.
- 2.Sustratos biológicos de la emoción.
- 3.Clasificación emocional.
- 4.Gestión de las emociones.
- 5.Funciones de las emociones.

6. Funciones adaptativas.
7. Funciones sociales.
8. Funciones motivacionales.
9. Teorías de las emociones.
10. Emociones y salud.

UNIDAD DIDÁCTICA 2. INTELIGENCIA EMOCIONAL

1. Concepto de Inteligencia Emocional.
2. Algunos Conceptos Erróneos.
3. Teorías y Modelos de la Inteligencia Emocional.
4. Componentes de la Inteligencia Emocional.
5. Aptitudes en las que se basa la Inteligencia Emocional.
6. Evaluación de la Inteligencia Emocional.

UNIDAD DIDÁCTICA 3. HABILIDADES RELACIONADAS CON LA IE (I)

1. Asertividad y empatía.
2. La asertividad.
3. La empatía.
4. Autoestima.
5. Formación de la autoestima.
6. Técnicas para mejorar la autoestima.
7. Habilidades de comunicación: el lenguaje emocional.

UNIDAD DIDÁCTICA 4. HABILIDADES RELACIONADAS CON LA IE (II)

1. Control del estrés y la ansiedad.
2. La ansiedad.
3. Técnicas para el control del estrés y la ansiedad.
4. Negociación y resolución de conflictos.
5. Técnicas de resolución de conflictos: la negociación.

UNIDAD DIDÁCTICA 5. TÉCNICAS PARA AUMENTAR LA IE

1. Pensamientos positivos.
2. Imaginación/visualización.
3. Reestructuración cognitiva.
4. Resolución de problemas.

UNIDAD DIDÁCTICA 6. PERSONALIDAD, AUTOCONOCIMIENTO E INTELIGENCIA EMOCIONAL

1. Introducción.
2. Conocerse a sí mismo.
3. Honestidad emocional.
4. Energía emocional.
5. Retroinformación emocional.

UNIDAD DIDÁCTICA 7. PSICOTERAPIA EMOCIONAL

1. Definición de psicoterapia.
2. Psicoterapia centrada en las emociones.
3. Trabajo con las emociones básicas.
4. Control emocional.
5. Aproximación a la Psicología positiva.
6. Terapia Transpersonal.
7. Mindfulness. Psicoterapia y bienestar.
8. Abordaje corporal de las emociones.
9. Risoterapia.
10. Arteterapia.
11. Danzaterapia.
12. Focusing.

UNIDAD DIDÁCTICA 8. TÉCNICAS DE AUTOCONTROL

- 1.Imaginación/Visualización.
- 2.Entrenamiento asertivo.
- 3.Técnica de control de la respiración.
- 4.Administración del tiempo.
- 5.La relajación.
- 6.Técnicas de relajación.
- 7.La relajación progresiva y el entrenamiento autógeno.

UNIDAD DIDÁCTICA 9. 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 10. TÉCNICAS GRUPALES

- 1.Dinámicas de grupos.
- 2.Role-playing (Desempeño de papeles).
- 3.Brainstorming (Tormenta de ideas).
- 4.Clínica del rumor.
- 5.Confianza.
- 6.Comunicación.
- 7.Cooperación.

PARTE 5. PSICOLOGÍA DE LA EMOCIÓN

MÓDULO 1. HISTORIA DE LA EMOCIÓN

UNIDAD DIDÁCTICA. 1. HISTORIA DE LA EMOCIÓN

- 1.Introducción
 - 1.- Perspectiva cognitiva de las emociones
 - 2.- Perspectiva constructiva de las emociones
- 2.Expresión de las emociones según Charles Darwin
- 3.Teoría Cannon-Bard de las emociones
- 4.Teoría de los dos factores de las emociones
- 5.Hipótesis del hemisferio derecho
- 6.El cerebro triuno de MacLean
- 7.Hitos relevantes
 - 1.- Caso Phineas Gage
 - 2.- El síndrome de Klúver - Bucy
 - 3.- Efectos de la extirpación de la amígdala en monos

UNIDAD DIDÁCTICA 2. INTRODUCCIÓN A LA PSICOLOGÍA DE LA EMOCIÓN

- 1.Definición de Emoción
 - 1.- Funciones de las emociones
 - 2.- Biología de la emoción
- 2.Tipos de Emociones
- 3.Gestión de las emociones
- 4.El lenguaje de las emociones
 - 1.- Expresión facial
 - 2.- Reconocimiento de las emociones mediante la expresión facial
- 5.Medida de las emociones

UNIDAD DIDÁCTICA 3. CEREBRO Y EMOCIONES

- 1.El cerebro
- 2.Cerebro emocional
 - 1.- Amígdala

- 2.- Hipocampo
- 3.- Área septal y corteza cingulada
- 3. Plasticidad cerebral
 - 1.- Períodos críticos
- 4. Anatomía de las emociones
 - 1.- Circuito de recompensa cerebral
- 5. Neurotransmisores
 - 1.- Principios básicos de la neurotransmisión
 - 2.- Mecanismos de transmisión química

UNIDAD DIDÁCTICA 4. PERSONALIDAD Y EMOCIÓN

- 1. La personalidad
 - 1.- Estructura de la personalidad
 - 2.- Naturaleza de la personalidad
- 2. La importancia de la autoconciencia en la IE
- 3. Entendiendo nuestros sentimientos
 - 1.- Energía emocional
- 4. Impulsividad emocional

UNIDAD DIDÁCTICA 5. MOTIVACIÓN Y EMOCIÓN

- 1. Definición de motivación
 - 1.- Motivación y emoción
- 2. El ciclo motivacional
- 3. Motivación y aprendizaje
 - 1.- Procesos metacognitivos
- 4. La frustración

MÓDULO 2. INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA EN EMOCIONES

UNIDAD DIDÁCTICA 6. DIFICULTADES EMOCIONALES

- 1. Problemas en el desarrollo emocional
 - 1.- Signos de alarma
- 2. Factores que influyen en los problemas emocionales
 - 1.- Factores de riesgo
 - 2.- Factores protectores
- 3. Dificultades emocionales en niños
 - 1.- Ansiedad por separación
 - 2.- Depresión
 - 3.- Trastornos del espectro del autismo
 - 4.- Trastorno de estrés postraumático

UNIDAD DIDÁCTICA 7. TRASTORNOS EMOCIONALES

- 1. Trastorno emocional
 - 1.- Causas de los trastornos emocionales
- 2. Ansiedad y Depresión
 - 1.- Ansiedad
 - 2.- Depresión
- 3. Trastorno Bipolar
 - 1.- Trastorno Bipolar I
 - 2.- Trastorno Bipolar II
- 4. Esquizofrenia
- 5. Fobia Social
- 6. Relación entre emoción y salud
 - 1.- Emociones Negativas y Salud
 - 2.- Emociones Positivas y Salud

UNIDAD DIDÁCTICA 8. INTRODUCCIÓN A LA INTERVENCIÓN DE LOS PROBLEMAS EMOCIONALES

1. Técnicas de modificación de conducta
 - 1.- Instrucción verbal y práctica dirigida
 - 2.- Modelado
 - 3.- Retroalimentación
 - 4.- Técnica de iniciación con iguales
2. Estrategias cognitivas conductuales
 - 1.- Estrategias racionales
 - 2.- Estrategias para afrontar el estrés
 - 3.- Estrategias para la solución de problemas

UNIDAD DIDÁCTICA 9. TÉCNICAS DE AUTOCONTROL EMOCIONAL

1. Imaginación/Visualización
2. Entrenamiento asertivo
3. Técnica de control de la respiración
4. Administración del tiempo
5. La relajación
 - 1.- Técnicas de relajación
 - 2.- La relajación progresiva y el entrenamiento autógeno

UNIDAD DIDÁCTICA 10. CONTROL DE LAS EMOCIONES NEGATIVAS

1. Control del estrés y la ansiedad
2. La ansiedad
 - 1.- Técnicas para el control del estrés y la ansiedad
3. El conflicto
 - 1.- Técnicas de resolución de conflictos: la negociación

MÓDULO 3. INTELIGENCIA EMOCIONAL

UNIDAD DIDÁCTICA 11. INTELIGENCIA EMOCIONAL

1. Concepto de Inteligencia emocional
 - 1.- Aspectos biológicos de la inteligencia emocional
 - 2.- Origen de la inteligencia emocional
2. Componentes de la Inteligencia emocional
 - 1.- Conciencia emocional
 - 2.- Control de las emociones
 - 3.- La motivación
 - 4.- Empatía
 - 5.- Relaciones sociales

UNIDAD DIDÁCTICA 12. DESARROLLO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

1. Desarrollo de la inteligencia emocional en la primera infancia
 - 1.- Autorregulación e interés por el mundo
 - 2.- De los 3 a los 7 meses
 - 3.- Desarrollo de la comunicación intencional (3-10 meses)
 - 4.- Aparición de un sentido organizado del yo (9-18 meses)
 - 5.- Crear ideas emocionales (18-36 meses)
 - 6.- Razonamiento emocional. El origen de la imaginación, sentido de la realidad y autoestima (30-40 meses)
2. El apego infantil
 - 1.- Tipos de apego
3. El desarrollo emocional en la etapa de Educación Primaria

UNIDAD DIDÁCTICA 13. ENSEÑANZA DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

1. Conocer las propias emociones
 - 1.- Enseñar a conocer las emociones
2. Manejar las emociones
 - 1.- Enseñar a manejar las emociones
3. Automotivación

- 1.- Enseñar la motivación
- 4.Reconocer las emociones de los demás
 - 1.- Enseñar empatía
- 5.Autoestima
- 6.Tomar decisiones
 - 1.- Enseñar resolución de problemas
- 7.Habilidades sociales
 - 1.- Asertividad
 - 2.- Enseñar habilidades sociales

UNIDAD DIDÁCTICA 14. ÁREAS DE APLICACIÓN DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

- 1.Negociación y resolución de conflictos
 - 1.- Gestión de conflictos
 - 2.- Técnicas de resolución de conflictos: la negociación
- 2.Inteligencia emocional y adaptación social
- 3.Inteligencia emocional y liderazgo

UNIDAD DIDÁCTICA 15. MINDFULNESS Y EMOCIÓN

- 1.El origen de Mindfulness
- 2.Mindfulness
 - 1.- La Atención
- 3.Mindfulness y neurobiología
 - 1.- Disposición afectiva con Mindfulness
- 4.Componentes de la atención o conciencia plena
- 5.Práctica de Mindfulness
 - 1.- Práctica formal e informal
- 6.El trabajo de las emociones en la psicoterapia
 - 1.- Emociones básicas
 - 2.- Control emocional
- 7.Abordaje corporal de las emociones
 - 1.- Risoterapia
 - 2.- Arteterapia
 - 3.- Danzaterapia
 - 4.- Focalización de la atención: Focusing

PARTE 6. GESTIÓN DEL LIDERAZGO

UNIDAD DIDÁCTICA 1. MODELOS ORGANIZATIVOS: LA HUMANIZACIÓN DE LA ORGANIZACIÓN

- 1.La importancia de las organizaciones
- 2.Aproximación conceptual a la organización
- 3.Tipos de organizaciones
- 4.La estructura
 - 1.- Tipos de estructura
- 5.Cambio y desarrollo en la organización
 - 1.- Teorías del cambio organizacional
 - 2.- Coaching y cambio organizativo
- 6.El coach como agente de cambio
- 7.Profesionales con vocación de persona

UNIDAD DIDÁCTICA 2. EL EQUIPO EN LA ORGANIZACIÓN ACTUAL

- 1.La importancia de los equipos en las organizaciones actuales
- 2.Modelos explicativos de la eficacia de los equipos
 - 1.- La efectividad de los equipos
- 3.Composición de equipos, recursos y tareas
 - 1.- Tipos de equipos

- 2.- Las reuniones de los equipos de trabajo
- 3.- Causas por las que pueden fracasar equipos de trabajo
- 4.- Los procesos en los equipos

UNIDAD DIDÁCTICA 3. EL LIDERAZGO

- 1.Evolución del liderazgo en la historia
 - 1.- Civilizaciones antiguas
 - 2.- Contribuciones militares
 - 3.- Iglesia católica
 - 4.- Hasta la revolución industrial
 - 5.- Revolución industrial
 - 6.- Resumen de las cualidades comunes
- 2.Edades del liderazgo organizativo
 - 1.- Las edades del líder según Bennis
- 3.¿Qué se entiende por liderazgo?
- 4.Evolución de las teorías de liderazgo
 - 1.- Enfoques centrados en el líder
 - 2.- Teorías situacionales o de contingencia
- 5.Estilos de liderazgo
 - 1.- Otra clasificación de tipos de liderazgo
- 6.El papel del líder
 - 1.- Habilidades del líder
 - 2.- Funciones administrativas del liderazgo

UNIDAD DIDÁCTICA 4. COACHING Y LIDERAZGO EN LA EMPRESA

- 1.El coaching como ayuda a la formación del liderazgo
- 2.El coaching como estilo de liderazgo
- 3.El coach como líder y formador de líderes
- 4.El líder como coach

UNIDAD DIDÁCTICA 5. LIDERAZGO Y TEAM BUILDING

- 1.Cultura de equipo
- 2.Funciones del líder
 - 1.- Funciones básicas
 - 2.- Funciones complementarias

UNIDAD DIDÁCTICA 6. DESARROLLO DE LAS HABILIDADES DE LIDERAZGO

- 1.Competencias del buen líder
- 2.Competencias del líder eficaz
 - 1.- Cualidades que debe tener un líder eficaz
 - 2.- Características de un líder eficaz
- 3.Formación de líderes eficaces
 - 1.- Las bases de un gran líder
- 4.El rol del líder eficaz dentro del grupo
- 5.Tácticas y estrategias de liderazgo eficaz
- 6.El gen del liderazgo
- 7.Liderazgo y timidez
 - 1.- Ejemplos de ejecutivos tímidos
 - 2.- Estrategias para vencer la timidez

UNIDAD DIDÁCTICA 7. TÉCNICAS PARA MEJORAR EL FUNCIONAMIENTO DE UN EQUIPO

- 1.Programa de entrenamiento
- 2.Métodos de aprendizaje
- 3.Técnicas de desarrollo en equipo
- 4.Pasos para identificar, analizar y solucionar problemas

UNIDAD DIDÁCTICA 8. LA DINÁMICA DE GRUPOS

1. Definición
2. Aplicaciones a los distintos campos de la vida social
3. Técnicas de dinámica de grupos
 - 1.- Qué son y qué no son las técnicas grupales
 - 2.- Elección de la técnica adecuada
 - 3.- Críticas a las técnicas de dinámica para grupos
4. Normas generales para el uso de las técnicas de grupo
5. El papel del dinamizador
 - 1.- Tres tipos de animador
 - 2.- Papel del animador
 - 3.- Funciones del animador

UNIDAD DIDÁCTICA 9. CLASIFICACIÓN DE LAS DINÁMICAS DE GRUPOS

1. Según el tamaño del grupo
 - 1.- Asamblea
 - 2.- Comisión
 - 3.- Congreso
 - 4.- Mesa redonda
 - 5.- Conferencia
 - 6.- Clínica del rumor
 - 7.- Corrillo
 - 8.- Cuchicheo
 - 9.- Debate dirigido o discusión guiada
 - 10.- Grupo de confrontación
2. Según la participación de los expertos
 - 1.- Role playing
 - 2.- Tormenta de ideas
 - 3.- Phillips 6.6
 - 4.- Foro
 - 5.- Grupo de discusión
 - 6.- Diálogos simultáneos
 - 7.- Entrevista
3. Según los objetivos

UNIDAD DIDÁCTICA 10. TÉCNICAS DE DINÁMICA DE GRUPOS EN LA RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS EN LA EMPRESA

1. Perspectiva positiva del conflicto
2. Conflicto versus violencia
 - 1.- El conflicto como proceso
 - 2.- Actitudes ante el conflicto
3. Prevención
4. Análisis y negociación
 - 1.- Separar persona-proceso-problema
 - 2.- Personas
 - 3.- El proceso
 - 4.- El problema
5. Búsqueda de soluciones
 - 1.- La Mediación
6. Procedimientos para enseñar a resolver conflictos

+ Información Gratis