

PROPUESTA FORMATIVA					
MÓDULO	INTELIGENCIA EMOCIONAL .(I) RECONOCER LAS EMOCIONES				
LUGAR		HORARIO			
PONENTE					
Nº MÓDULOS	1	HORAS/MÓDULO	4 Horas	Nº HORAS	4 Horas
OBJETIVO MÓDULO 1					
<p><i>Reconocer las emociones básicas, cómo gestionarlas y qué información nos aportan.</i> <i>Conocer de qué manera la Inteligencia Emocional trabaja herramientas para llegar al Éxito</i> <i>Manejar Responsabilidad como competencia/habilidad en empresa</i> <i>Conocer funcionamiento de Autoestima y principales fuentes de energía para mantener autoestima sana.</i></p>					
COMPETENCIAS QUE SE TRABAJAN					
<p><i>Responsabilidad, autoestima, habilidades sociales, manejo del estrés, escucha activa, proactividad, compromiso, éxito.</i></p>					

PSINOSIS MOD 1	
<p><i>Este Módulo parte de la consciencia de las emociones básicas, el reconocimiento y el propósito de las mismas. A través de una dinámica trabajaremos el reconocimiento de las 6 emociones básicas y los cambios fisiológicos asociados a ellas.</i></p> <p><i>También se trabajara la información que traen asociada cada emoción básica y cómo usarla en la consecución de nuestros objetivos y metas.</i></p> <p><i>Trataremos las competencias de Inteligencia Emociona como conductoras hacia el éxito. Concretamente la importancia de tener un fin en mente y la Responsabilidad como motor de resultados extraordinarios en el ámbito laboral y personal.</i></p> <p><i>Conoceremos cómo funciona la Autoestima a través de una herramienta de PNL además de trabajar cómo mantener una autoestima sana que nos aporte energía en nuestro día a día.</i></p>	