

PROPUESTA FORMATIVA					
MÓDULO	INTELIGENCIA EMOCIONAL				
LUGAR	A convenir		HORARIO	A convenir	
PONENTE	Jesús Ortega Coach Emocional				
Nº MÓDULOS		HORAS/MÓDULO	2 Horas	Nº HORAS	2 Horas
OBJETIVO MÓDULO					
<p>Conocer el origen emocional. Adquirir pautas de autoconocimiento personal de nuestras emociones. Adquirir conductas emocionales responsables para obtener resultados. Desarrollar Habilidades emocionales. Desarrollar las capacidades necesarias para el cambio de la emoción al sentimiento. Adquirir hábitos de búsqueda de soluciones en la gestión emocional en los conflictos. Fomentar la cohesión del grupo y el trabajo en equipo.</p>					
COMPETENCIAS QUE SE TRABAJAN					
<p>Gestión emocional. Responsabilidad, autoestima, habilidades emocionales, manejo de las emociones básicas, escuchar las emociones, compromiso. Motivación y cambio consciente de actitud.</p>					

PSINOSIS MOD	INTELIGENCIA EMOCIONAL
	<p>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. Podremos ver qué parte de nuestro cerebro compartimos con los mamíferos y qué parte nos diferencia como humanos.</p> <p>También se trabajará la información que traen asociada cada emoción básica y cómo usarla en la consecución de nuestros objetivos y metas.</p> <p>Trataremos las competencias de Inteligencia Emocional 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. 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.</p> <p>Aprenderemos a gestionar nuestras emociones a través del pensamiento cambiando nuestro sentimiento a nuestro favor con la finalidad de conseguir los resultados que nos propongamos.</p>