CURSO

LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN EL ÁMBITO LABORAL

Manejando las emociones en el trabajo

DESCRIPCIÓN

En un mundo cada vez más exigente en el ámbito laboral, donde los cambios constantes son parte de la continuidad de cualquier organización que pretenda sobrevivir y donde la competencia es dura, es imprescindible contar con colaboradores capaces de adaptarse a estos cambios en un ambiente emocionalmente sano, sin que se generen temores ni frustraciones inmanejables.

En este sentido, es importante propender y propiciar un manejo correcto de las emociones que afloran en un ambiente como el que hoy se vive en las organizaciones de todo tipo. Para ello es imprescindible entregar herramientas que faciliten y generen automotivación, autoconocimiento, así como el fomento de la empatía y el autocontrol. Esto es lo que el presente curso busca.

En síntesis, el desarrollo de la Inteligencia Emocional en el lugar de trabajo resulta fundamental para marcar una diferencia y generar un buen ambiente laboral.

¿A QUIÉN ESTÁ DIRIGIDO?

El curso está dirigido a ejecutivos, profesionales, técnicos y cualquier tipo de colaborador que busque desarrollar el conocimiento y control de sus emociones para un mejor desempeño en el ámbito laboral y también personal.

Por lo tanto, el curso es recomendable para todo tipo de colaboradores, independiente de su cargo, pero especialmente útil para quienes ejercen funciones de liderazgo de equipos.

OBJETIVOS DE APRENDIZAJE

El objetivo principal del curso es que los participantes aprendan a conocer sus emociones y a manejarlas de forma asertiva; a comprender y respetar los sentimientos y emociones de los demás, adoptando así una actitud empática que beneficia a todo el entorno organizacional.

El desarrollo de la Inteligencia Emocional se traduce finalmente en mayor creatividad en el desempeño de las funciones (y en la vida en general), influyendo sobre la automotivación, la comunicación asertiva y el optimismo para enfrentar los momentos difíciles.

En suma, desarrollar la IE permite enfrentar de mejor modo los desafíos personales y laborales, incidiendo en mejores oportunidades a corto, mediano y largo plazo.

CONTENIDOS DEL CURSO

Unidad 1: ¿Mente racional o mente emocional?
Unidad 2: Las cinco habilidades prácticas de la IE
Unidad 3: ¿Cómo aplicar la IE en el trabajo?
Unidad 4: Aprender a manejar las emociones y adaptarse a los cambios
Unidad 5: Efectos de la confianza y la desconfianza en el clima laboral
Unidad 6: Desarrollar la escucha activa, la percepción, la asertividad y la empatía

eclass academy