

Inteligencia Emocional

Liderazgo y desarrollo · Teleformación · 60 horas · Tutor acreditado · Diploma acreditativo



Comprender los fundamentos de la inteligencia emocional.

Comprender los fundamentos de la inteligencia emocional. Desarrollar la autogestión emocional en el entorno laboral. Aplicar la inteligencia emocional a las relaciones profesionales.

Objetivos

- Comprender los fundamentos de la inteligencia emocional.
- Desarrollar la autogestión emocional en el entorno laboral.
- Aplicar la inteligencia emocional a las relaciones profesionales.

Contenidos

- Concepto y componentes de la inteligencia emocional.
- Autoconocimiento y autorregulación.
- Empatía y habilidades sociales.
- Gestión del estrés y las emociones.
- Inteligencia emocional en el liderazgo.
- Aplicación práctica en el trabajo diario.