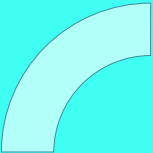


CURSO INTELIGENCIA EMOCIONAL

Plan de estudio



educación 





Nuestro propósito

Transformar positivamente la vida de las personas.

Queremos que seas protagonista en la transformación que estamos viviendo. Por eso, nos comprometemos a capacitarte para que estés al día con las necesidades digitales actuales.

Te invitamos a trabajar en conjunto para que descubras tu mejor versión y la potencies. Anímate, toma las riendas de tu futuro.

Code your future!



Contenido del curso



Un líder no se destaca por su capacidad técnica, sino por la capacidad de gestionar sus emociones y usarlas adecuadamente para potenciar sus resultados, así como potenciar las emociones positivas de su equipo para el logro de las metas establecidas.



¿Qué aprenderás?

- Conocer y reconocer sus emociones y las de su entorno.
- Transformar en acciones y resultados efectivos tus emociones y las del equipo.
- Generar espacios emocionales positivos.
- Mejorar su comunicación y relaciones a través de la gestión de las emociones.
- Intervenir en las emociones mediante el uso de distintas herramientas.

Plan de estudios

1

Introducción a la Inteligencia Emocional

- Qué es la inteligencia emocional
- Qué son las emociones
- Ciclo emocional
- Tríada de las emociones
- Tipos de emociones
- Para qué sirven las emociones
- Pseudo-sentimientos
- Secuestro emocional
- Ciclo emocional
- Circunstancias que las disparan

2

Dimensión Individual de la IE (parte

3

- Qué es el autoconocimiento
- Herramientas de Autoconocimiento
- Identidad versus comportamientos
- Roles y actitud
- Áreas de la vida y su peso
- Objetivos S.M.A.R.T.
- Recursos internos y externos
- Culpas y culpables
- Qué es la actitud
- Tomar la iniciativa y hacerse cargo

- Víctima vs. Protagonista
- Los círculos de preocupación e influencia

4

Dimensiones individuales de la IE (parte

- Qué es el autocontrol
- Inteligencia
- Gestión de impulsos
- Semáforo emocional
- Triada de las emociones
- Gestión de la voluntad
- El valor de la autodisciplina
- Manejo de la postergación
- Desarrollo de hábitos y rutinas para el éxito

5

Dimensiones sociales de la IE

- Qué es la empatía
- Comunicación empática
- Escucha empática
- Diálogo empático
- Habilidades Sociales qué son
- Estilos de comunicación
- Respuesta frente a los conflictos
- Compromiso y pasión
- Misión, visión y valores personales
- Jerarquía de necesidades
- Intereses de vida

Modalidad del Curso

Duración

4 semanas / 12 h

Frecuencia semanal

1 encuentro de 3 h

Modalidad

Online en vivo

Grupos reducidos

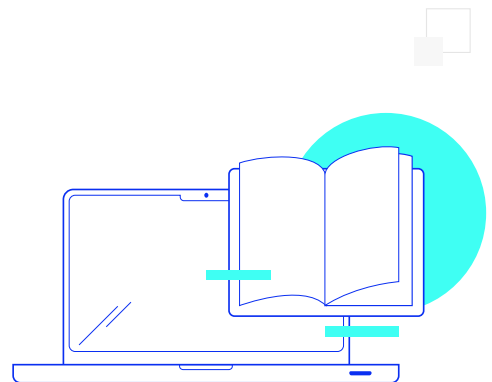
Promedio 20 personas

Nivel: Principiante



Dedicación fuera de clase

Además de las horas de clase, recomendamos que inviertas 4 h semanales extras para realizar los desafíos complementarios, estudiar el material de lectura y completar los exámenes del Alumni.



¿Cómo será tu experiencia?



Aprender haciendo

Ejercita y pon en práctica lo estudiado.



Trabajo en equipo

Une esfuerzos y potencia los resultados.



Clases grabadas

Consúltalas las veces que quieras.



Profesores expertos

Aprende de gigantes de la industria.



Asistente académico

Recibe soporte dentro y fuera de clase.



Plataforma Alumni

Encuentra recursos, materiales y clases.

¿Por qué Educación IT?



IT Créditos

Gana puntos al aprobar los exámenes de los cursos. Luego, podrás canjearlos por nuevos cursos sin costo alguno. Los IT Créditos que acumules no vencen ni se devalúan.



Garantía de aprendizaje

Si necesitas reforzar conceptos, recuperar clases o no estás satisfecho, ¡vuelve a tomar el curso sin ningún costo! Puede ser de forma total o parcial.



Comunidad en Discord

Mantente en contacto con la comunidad de EducaciónIT a través de nuestro servidor de Discord. Podrás hablar con tus compañeros, profesores, asistentes académicos y soporte.



Career Advisor

Ingresa al mundo laboral junto a nuestros asesores de carrera: crea un CV que impacte, arma y comparte tu portfolio en LinkedIn y Behance y ten simulacros de entrevistas.

Preguntas frecuentes

Si me pierdo una o más clases, ¿puedo recuperarlas?

Todas las clases quedan grabadas de por vida en tu plataforma Alumni. ¡Siempre podrás volver a verlas cada vez que lo necesites!

¿Cómo voy a aprender?

Te enfrentarás a situaciones de trabajo reales, en donde tendrás que aplicar lo aprendido de forma individual y en equipo. Por medio de la prueba y el error, irás superando desafíos y obteniendo nuevas habilidades que luego podrás aplicar en el ámbito laboral.

¿Cómo son las clases online en vivo?

Las clases duran entre 2 y 3 horas de lunes a viernes (sábados 3 o 4 hs) y se desarrollan de forma online en vivo en aulas virtuales, donde vas a poder interactuar con el instructor y tus compañeros.

Manejamos cupos reducidos para que puedas tener un seguimiento más personalizado durante tu aprendizaje.



www.educacionit.com



@educacionit
