



Programa Avanzado en Inteligencia Emocional





Índice

	Presentación	pág. 3
٠	Datos clave	pág. 3
i	Por qué elegirnos	pág.4
i	Claustro	pág. 6
	Programa	pág.7

Presentación

Con este Curso de **Inteligencia Emocional** online te convertirás en un experto en todo lo referente al poder de las emociones en las decisiones diarias del ser humano. Además:

- Desarrollarás tus competencias emocionales y sociales en lo que se refiere a tu relación contigo mismo y tu relación con los demás desde la educación emocional.
- Adquirirás recursos para desarrollar tu propia inteligencia emocional en su aplicación en tus alumnos, pacientes o clientes, capital humano de tu empresa u organización para un autoconocimiento productivo y unas relaciones interpersonales saludables.
- Descubrirás las estrategias y técnicas eficaces de regulación emocional, tales como PNL (Programación Neurolingüística), Mindfulness y EFT (siglás en inglés de Técnica de Libertad Emocional).
- Fórmate con las clases magistrales del doctor
 Iván Ballesteros (Neuroliderazgo), de Pilar de la Torre (Comunicación no violenta), de Enrique Simó (Mindfulness) y de Luis Villa (Competencias emocionales).
- Podrás elegir la especialidad de interés profesional dentro del Programa: Educación Emocional, Empresa, Facilitación Emocional & Coaching.

Datos Clave

5 MESES - 18 ECTS

METODOLOGÍA 100% ONLINE

- Clases magistrales en Comunicación no violenta, mindfulness, neuroliderazgo y competencias emocionales.
- Especialidades en: Facilitación Emocional y Coaching, Inteligencia Emocional Aplicada a la Empresa y Educación Emocional.
- Claustro docente especializado: Carmen García de Leaniz, Olga Cañizares, Elena Mendoza de la Fuente, Olga Castayer Mayer-Spiess y Leticia Garcés.







FLEXTIME

Nos adaptamos a tu disponibilidad horaria permitiéndote acceder y participar en directo a las sesiones online, a los foros de discusión, así como a los materiales complementarios. Sin barreras geográficas, en cualquier momento y en cualquier lugar.

CLAUSTRO ESPECIALIZADO

Todos nuestros ponentes son profesionales de empresas líderes, que imparten sus sesiones en base a su propia experiencia, lo que aporta una visión real del mercado.

NETWORKING INTERNACIONAL

Podrás conocer al resto de participantes de España y Latinoamérica con los que te pondremos en contacto de forma presencial y/o virtual a lo largo del curso.



LEARNING BY DOING

Aplicarás todos los conocimientos gracias al aprendizaje adquirido en sesiones prácticas. Trabajarás en grupos dirigidos por especialistas, donde podrás fomentar el Networking e intercambiar experiencias.



SESIONES ONLINE EN DIRECTO

Podrás seguir e intervenir en las sesiones estés donde estés, sin necesidad de desplazamientos. Y si por algún motivo no pudieras asistir, podrás ver el material grabado en cualquier momento.



MENTORING CONSTANTE Y PERSONALIZADO

Desde el primer día se te asignará un tutor que te acompañará y apoyará en todo momento, resolviendo todas las dudas que te puedan surgir y tratando de potenciar tus habilidades para tu desarrollo.

Por qué elegirnos

Porque ponemos a tu disposición todo lo que necesitas para mejorar tu carrera profesional, **sin necesidad de desplazarte**, tan solo requieres de conexión a internet y un dispositivo (PC, Tablet o incluso un Móvil) para seguir el programa.

Porque con nuestro modelo pedagógico, pionero en el mercado, participarás en **clases online en directo impartidas por los mejores profesionales** de cualquier parte del mundo. Además, podrás verlas en **cualquier momento y desde cualquier lugar**, ideal para compatibilizarlo con tu agenda personal y profesional.

Porque fomentamos el **NETWORKING**, clave en tu desarrollo profesional, poniéndote en contacto con ponentes y participantes de alto nivel, con los que compartirás trabajo y experiencias a través de la plataforma.



Un nuevo concepto de Universidad online

La Universidad Internacional de La Rioja, universidad con docencia 100% online, se ha consolidado como solución educativa adaptada a los nuevos tiempos y a la sociedad actual. El **innovador modelo pedagógico de UNIR** ha conseguido crear un nuevo concepto de universidad en el que se integran aspectos tecnológicos de última generación al servicio de una enseñanza cercana y de calidad. La **metodología 100% online** permite a los alumnos estudiar estén donde estén, interactuando, relacionándose y compartiendo experiencias con sus compañeros y profesores. Actualmente UNIR cuenta con:

- Más de 41.000 alumnos.
- Más de 10.000 alumnos internacionales.
- Presencia en 90 países de los 5 continentes.
- Más de 130 títulos de Grado y Postgrado.
- Más de 4.000 convenios de colaboración firmados para dar cobertura de prácticas a nuestros estudiantes.
- Además UNIR es una universidad responsable con la cultura, la economía y la sociedad.
 Este compromiso se materializa a través de la Fundación UNIR.

Claustro



Carmen García de Leaniz

Fundadora de la empresa consultora GLS Educación Emocional. Licenciada en Ciencias Empresariales y Experta en Inteligencia

Emocional, formada en coaching, mindfulness y psicodrama.



Olga Castanyer Mayer-Spiess

Directora del Gabinete Psicológico SIJE. Psicóloga Especialista en Psicología Clínica, Psicóloga Europea por

la EFPA. Especializada en Modificación de Conducta.



Olga Cañizares

Directora de Competencias Emocionales en ICE CO-ROAOPS. Docente y Consultora en formaciones para empresas y Directora de

Proyectos de Transformación Cultural en INTEGRAL VISION INSTITUTE. Está especializada en Coaching e Inteligencia Emocional.



Leticia Garcés Larrea

Fundado de Padres Formados. Pedagoga y Postgrado en Educación Emocional y Bienestar. Está especializada en Inteligencia Emocional y Neuroeducación (2018).



Elena Mendoza de la Fuente

Lleva más de 14 años dedica a la formación y al coaching. Trabaja en la consultora ZENWorking. Licenciada en

Ciencias de la Información por la UCM y Experta en Inteligencia emocional y en EFT Tapping.

Programa

MÓDULO 1

EXPERTO EN INTELIGENCIA EMOCIONAL

TEMA 1: IMPORTANCIA Y BENEFICIOS DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

- Orígenes, teorías y modelos de inteligencia emocional
- Neurociencia
 - » Mecanismos básicos de comunicación neuronal: neurotransmisores y plasticidad neuronal
 - » Bases anatómicas del sistema nervioso: sistema nervioso (periférico y central); estructuras cerebrales implicadas en la emoción
 - » Conducta emocional: mecanismos implicados en el proceso y fundamentos neurobiológicos
- Beneficios contrastados de la inteligencia emocional aplicada al sector:
 - » Salud
 - » Organizaciones
 - » Educación
- Actitudes y premisas de partida

BLOQUE DE COMPETENCIAS PERSONALES (INTELIGENCIA INTRAPERSONAL)

TEMA 2: TOMA DE CONCIENCIA Y AUTOCONOCIMIENTO

- Autoconocimiento
 - » Autoconcepto
 - » Dimensiones de la persona: Mental,

- Emocional, Corporal, Espiritual, Relacional/ Social
- Claves para desarrollar tu Inteligencia
 Emocional: Observación, participación,
 Disciplina, Honestidad, Compromiso,
 Ecológica personal

Comprensión emocional:

- » Emociones
- » Sentimientos
- » Patrones de respuesta emocional

Necesidades psicológicas fundamentales

- » Libertad
- » Amor
- » Seguridad

Liderazgo emocional

- » Como desarrollar nuestro liderazgo emocional
- » El poder de los valores
- » Competencias para el Liderazgo Emocional

TEMA 3: AUTOESTIMA

- Naturaleza e importancia de la autoestima
 - » Definición y relevancia
- Tipos de autoestima
- Componentes de la autoestima:
 - » Autoconcepto
 - » Creencias
 - » Distorsiones cognitiva
 - » Valores
 - » Autocrítica y Conducta
- Claves para fortalecer la autoestima

TEMA 4: GESTIÓN EMOCIONAL

- La preparación como clave para regular nuestras emociones
 - » Prevención
 - » Entrenamiento
 - » Identificación
 - » Cultivo de hábitos
- Tristeza, miedo y enfado
 - » Proceso de duelo
 - » Tipos de emociones: primarias, secundarias adaptativas, secundarias desadaptativas, instrumentales
- Estrés y Ansiedad
- Estrategias de regulación emocional cognitivas
 - » PNL
 - » Mindfulness
- Estrategias de regulación emocional físicas:
 - » EFT
 - » Técnicas de Relajación
 - » Técnicas de Respiración
- Estrategias de regulación emocional comportamentales
 - » Expresión emocional
 - » Hábitos saludables
- TEMA 5: AUTOMOTIVACIÓN
- Teorías de motivación
- Tipos de motivación
 - » Intrínseca
 - » Extrínseca
 - » Trascendente
- Componentes de la automotivación
 - » Elementos
 - » Procesos
 - » Sistemas

- » Fuentes
 - » Internas
 - » Externas
- Estados de Flow

COMPETENCIAS SOCIALES: INTELIGENCIA INTER-PERSONAL

TEMA 6: COMPETENCIAS SOCIALES

- Conciencia
 - » Social
 - » De organización
- Gestión de las relaciones
 - » 5 actos relacionales
- Habilidades de Comunicación e influencia:
 - » Comunicación No Violenta
 - » Empatía
 - » Comunicación No Verbal
 - » Escucha emocional
 - » El poder del lenguaje
 - » Asertividad
 - » Preguntas poderosas
 - » Feedback constructivo
 - » Resolución Eficaz de Conflictos

TEMA 7: COMPETENCIAS DE VIDA Y BIENESTAR

- Psicología positiva
 - » Diferentes propuestas
 - » Felicidad, gratitud, teoría sobre el bienestar
- Facilitadores emocionales
 - » Humor
 - » Optimismo
 - » Resiliencia
 - » Creatividad
- Gestión del tiempo: conciliación emocional
- Gestión del cambio

Especialidades a elegir:

MÓDULO 2

ESPECIALIZACIÓN EDUCACIÓN EMOCIONAL

TEMA 1: NEUROEDUCACIÓN Y EDUCADORES EMOCIONALMENTE RESPONSABLES.

- Beneficios contrastados de programas de educación emocional: Experiencias Reales y estudio de casos
- Neuroaprendizaje y Neuroeducación
- Competencias y actitudes del docente emocionalmente inteligente:
 - » Referentes emocionalmente inteligentes
 - » Competencias Intrapersonales: Conciencia de uno mismo, Autoestima, Gestión emocional y Automotivación
 - » Competencias Interpersonales: Conciencia social y Gestión de las relaciones
 - » Docente coach: competencias del coaching para tutorías con alumnado y familias

TEMA 2: EDUCACIÓN EMOCIONAL EN EL DÍA A DÍA: RUTINAS Y METODOLOGÍAS ACTIVAS.

- Fases de la implantación, gestión del cambio y transformación cultural
- Equipos, roles y funciones para dinamizar y hacer seguimiento de la implantación
- Formación e involucración de la comunidad educativa: familias, alumnado, equipo directivo, personal docente y no docente
- Recursos para medir la calidad y resultados de la implantación de programas de educación emocional
- Recursos de coaching para realizar tutorías

emocionalmente inteligentes con familias y alumnado

TEMA 3: RECURSOS Y HERRAMIENTAS PARA LA EDUCACIÓN EMOCIONAL EN LA ETAPA INFANTIL, PRIMARIA Y SECUNDARIA.

- Rutinas diarias de inteligencia emocional
 - » Recursos para desarrollar la conciencia emocional del alumnado y el vínculo emocional
 - » Recursos para practicar mindfulness en el aula
 - » Recursos para la resolución de conflictos y mediación escolar
- Metodologías activas y proyectos: Cómo desarrollar la inteligencia emocional de forma transversal
- Metodologías y recursos para trabajar en aula las principales competencias de inteligencia emocional: en infantil, primaria y secundaria
- Herramientas de evaluación de competencias emocionales y sociales

TEMA 4: METODOLOGÍA DE IMPLANTACIÓN DE UN PROGRAMA DE EDUCACIÓN EMOCIONAL EN UN CENTRO EDUCATIVO.

- Metodología para desarrollar un proyecto de educación emocional
- Proyecto final

TEMA 5: PROYECTO FINAL

ESPECIALISTA UNIVERSITARIO EN INTELIGENCIA EMOCIONAL APLICADA A LA EMPRESA

TEMA 1: BENEFICIOS DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN LA EMPRESA

- Presentación especialidad y Fundamentación
- Beneficios contrastados de la inteligencia emocional aplicada a la empresa:
 - » Estudios
 - » Herramientas
- Gestión del Talento Influencia de la IE

TEMA 2: CONCIENCIA DE ORGANIZACIÓN

- Neurociencia y Empresa
- Neuroplasticidad
- Neurotransmisores y aplicación práctica
- Modelo S.A.F.E.

TEMA 3: NEUROLIDERAZGO

- Herramientas para gestión emocional
 - » Mindfulness en la empresa
- Gestión del estress
- Teletrabajo y emociones

TEMA 4: GESTIÓN DEL ESTRÉS Y GENERACIÓN DE BIENESTAR EN LAS ORGANIZACIONES

Transformación cultural- Metodología TC

- Principales Roles en la Gestión del Cambio
- Conceptos de cambio
- Proceso de cambio y herramientas

TEMA 5: GESTIÓN DEL CAMBIO

- Principios sistémicos
- Competencias sistémicas
- Metodología
- Herramientas

TEMA 6: MIRADA SISTÉMICA

- Metodología y recursos
- Experiencias Reales y estudio de casos
- Tutorias
- Proyecto de Intervención

TEMA 7: PROYECTO FINAL

ESPECIALISTA UNIVERSITARIO EN FACILITACIÓN EMOCIONAL & COACHING

TEMA 1: COMPETENCIAS DE UN FACILITADOR EMOCIONAL

- Objetivos del programa
- Competencias del facilitador
- Diferencias entre formador y facilitador
- Habilidades de oratoria y comunicación
- Competencias y Autoevaluación

TEMA 2: FACILITADOR COACH. TÉCNICAS DE COACHING Y METODOLOGÍA DE ACOMPAÑAMIENTO

- Mirada sistémica del grupo
- Psicogeografia
- Role play
- Dinámicas de grupo
- Herramientas de auto-evaluación
- Indagación apreciativa
- Dinámicas vivenciales
- Técnicas de gestión del aprendizaje (pre, durante, post)
- Dinamización y facilitación on-line

TEMA 3: TÉCNICAS DE FACILITACIÓN Y DINÁMICAS PARA EL DESARROLLO COMPETENCIAL

- ¿Qué es, de dónde viene y para qué Coaching?
- ¿Qué es y que no es un coach?
- Presuposiciones básicas del coaching
- Generación de Contexto y confianza
- Alianza
- Las preguntas en coaching
- Establecimiento de Metas-Objetivos
 - » SMART+
- PNL & Coaching
- Pasos de coaching para acompañar a personas en su desarrollo

TEMA 4: PROYECTO FINAL

Salidas profesionales

- Formador de habilidades sociales y emocionales en los sectores Educativo, Social, Empresarial y Sanitario.
- Consultor educativo: dando asesoramiento para la implantación y el seguimiento de programas de educación emocional para las etapas de Infantil, Primaria, Secundaria o Bachillerato.
- Consultor de RRHH: dando asesoramiento para la implantación y el seguimiento de programas de entrenamiento de Inteligencia Emocional.
- Directores de Formación en cualquier empresa que quiera mejorar el Liderazgo de sus equipos.
- Coaches personales y ejecutivos que quieran mejorar sus competencias emocionales.

PROGRAMAS RELACIONADOS

- Grado en Psicología
- Experto Universitario en Psicología Positiva
- Especialista en Intervención en Trauma y EMDR





Headhunting Club Viveros online de Empleo **Inside the** company Feria Virtual de Empleo **Programa Shadowing** Prácticas de **Excelencia**

CONVIÉRTETE EN EL PROFESIONAL QUE LAS EMPRESAS NECESITAN

A través de nuestro **Dpto. de Salidas Profesiona- les y Empleabilidad**, podrás encontrar multitud de oportunidades, programas de apoyo y contacto con las mejores empresas de tu sector. Estas empresas ya forman parte de nuestra Red de Partners UNIR y te están buscando.





RECTORADO LOGROÑO

Avenida de la Paz, 137 26006. La Rioja España +34 941 210 211

DELEGACIÓN MADRID

Calle de García Martín, 21 28224. Pozuelo de Alarcón España +34 915 674 391

DELEGACIÓN BOGOTÁ

Calle 100 # 19-61. Edificio Centro Empresarial 100. Oficina 801. 11001 Colombia +571 5169659

DELEGACIÓN CD. DE MÉXICO

Avenida Universidad 472, Narvarte Poniente. 03600 México +52 (55) 84210768

DELEGACIÓN QUITO

Avenida República E7-123 y Martín Carrión (esquina). Edificio Pucará Ecuador (+593) 3931480

DELEGACIÓN LIMA

José Gabriel Chariarse, 415 San Antonio. Miraflores Perú (01) 496 – 8095

unir.net | +34 941 209 743









