



Certificado mexicano en Formación en la Empresa: Inteligencia Emocional

El Certificado en Formación en la Empresa: Inteligencia Emocional está enfocado a ayudarte a instruirte en conceptos y bases de la educación emocional, además de en nociones de *coaching* y alternativas para aplicar este conocimiento de manera estratégica en el entorno empresarial.

Estudiarás acerca de la gestión del talento y el manejo del cambio y conocerás herramientas esenciales relacionadas con el bienestar en el trabajo.

A quién va dirigido

Este programa está dirigido a estudiantes que cursen la Maestría en Educación en 24 meses y quieran orientar su carrera profesional mediante el estudio del certificado, durante 4 meses más, para dar un impulso a su formación.

Con este curso, aprenderán a desarrollar inteligencia emocional el ámbito empresarial, institucional y organizacional.



Duración

4 meses (16 semanas).



Horas

112 horas.



Metodología

Se trata de un curso en el que los materiales están predefinidos. Se cursa 100% en línea.



Maestrías con las que puede cursarse

Maestría en Educación (24 meses).



Comienzo del curso

Los estudiantes inician el certificado al concluir el plan de estudios oficial.

Plan de estudios

MÓDULO 1

Inteligencia emocional

El objetivo de este módulo es identificar las claves para la gestión y canalización de las emociones para lograr objetivos establecidos, cuidando la autoestima. Así, como proponer recursos para desarrollar inteligencia emocional.

- **Tema 1. Importancia y beneficios de la inteligencia emocional**
 - Orígenes, teorías y modelos de inteligencia emocional
 - Neurociencia
 - Beneficios contrastados de la inteligencia emocional aplicada al sector
 - Actitudes y premisas de partida
- **Tema 2. Toma de conciencia y autoconocimiento**
 - Autoconocimiento
 - Comprensión emocional
 - Necesidades psicológicas fundamentales
 - Liderazgo emocional
- **Tema 3. Autoestima**
 - Naturaleza e importancia de la autoestima
 - Tipos de autoestima
 - Componentes de la autoestima
 - Claves para fortalecer la autoestima
- **Tema 4. Gestión emocional**
 - La preparación como clave para regular nuestras emociones
 - Tristeza, miedo y enfado
 - Estrés y ansiedad
 - Estrategias de regulación emocional cognitivas
 - Estrategias de regulación emocional físicas
 - Estrategias de regulación emocional comportamentales



- **Tema 5. Automotivación**
 - Teorías de motivación
 - Tipos de motivación
 - Componentes de la automotivación
 - Estados de Flow
- **Tema 6. Competencias sociales**
 - Conciencia
 - Gestión de las relaciones
 - Habilidades de comunicación e influencia
- **Tema 7. Competencias de vida y bienestar**
 - Psicología positiva
 - Facilitadores emocionales
 - Gestión del tiempo: conciliación emocional
 - Gestión del cambio

MÓDULO 2

Vinculación de la inteligencia emocional con la empresa

En este módulo tenemos por objetivo es diseñar propuestas que fomenten y desarrollen la inteligencia emocional de tu equipo.

- Tema 1. Beneficios de la inteligencia emocional en la empresa
- Tema 2. Conciencia de organización
- Tema 3. Neuroliderazgo
- Tema 4. Gestión del estrés y generación de bienestar en las organizaciones
- Tema 5. Gestión del cambio
- Tema 6. Mirada sistémica

Actividades formativas

Actividades	Horas
Clases online	4
Vídeos y/o multimedia	40
Bibliografía obligatoria / Estudio de material básico	32
Lectura de material complementario	10
Proyecto integrador	20
Cuestionarios (test)	6
TOTAL	112

Sistema de evaluación

Proyecto integrador	80%
Test de los temas	20%
TOTAL	100%



100% online



Clases en directo



Tutor personal



mexico.unir.net

Infórmate:

+52 (55) 70055758