

DESARROLLO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN EL ENTORNO LABORAL



Dirigido a:

Dirigido a: Líderes, gerentes, encargados, técnicos y colaboradores que deseen mejorar su inteligencia emocional para una mayor efectividad en el trabajo y en las relaciones interpersonales.

Objetivos:

Objetivos del curso:

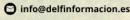
- 1. Comprender los componentes clave de la inteligencia emocional y su impacto en el desempeño laboral.
- 2. Desarrollar el autoconocimiento emocional y la autorregulación para una gestión más efectiva del comportamiento en el trabajo.
- 3. Fomentar la empatía y las habilidades sociales para mejorar las relaciones interpersonales y el liderazgo.
- 4. Aprender a gestionar el estrés y las emociones en situaciones laborales desafiantes.
- 5. Incorporar la inteligencia emocional en la toma de decisiones y la resolución de conflictos en el equipo.

Contenidos formativos:

- 1. Módulo: Introducción a la Inteligencia Emocional
- 1. Definición de Inteligencia Emocional
- 2. Los cinco componentes de la Inteligencia Emocional
- 3. Beneficios de la inteligencia emocional en el entorno laboral
- 2. Módulo: Autoconocimiento y Autogestión Emocional
- 1. Autoconocimiento emocional
- 2. Autodiagnóstico emocional
- 3. Autorregulación emocional
- 4. Gestión emocional en situaciones de conflicto
- 3. Módulo: Empatía y Habilidades Interpersonales
- 1. Desarrollo de la empatía
- 2. Técnicas para mejorar la empatía
- 3. Gestión de relaciones interpersonales
- 4. Liderazgo emocional









APRENDIZAJE DE CALIDAD E INNOVACIÓN



- 4. Módulo: Gestión del Estrés y Resiliencia Emocional
- 1. Identificación de fuentes de estrés en el entorno laboral
- 2. Técnicas de gestión del estrés
- 3. Resiliencia emocional
- 4. Estrategias para mejorar la resiliencia
- 5. Módulo: Aplicación de la Inteligencia Emocional en la Resolución de Conflictos y la Toma de Decisiones
- 1. Resolución de conflictos con inteligencia emocional
- 2. Toma de decisiones emocionalmente inteligente
- 3. Ejercicios prácticos

Duración: 14 Horas

Fecha Inicio: 29-10-2025

Fecha Fin: 19-11-2025

Horario: 16:00 A 19:30 H.

Lugar Impartición: Consultar

Precio: 252,00€ (50% del importe del curso al formalizar la matrícula y el resto al inicio del

curso)

Descuentos: PRECIO ÚNICO CONSULTAR PROXIMAS FECHAS ONLINE

Tipo de Formación: Bonificable. Todos nuestros cursos son bonificables por la Fundación

Tripartita.

Requisitos: Consultar

Calendario:

Octubre 2025						
L	M	M	J	V	S	D
29	30	01	02	03	04	05
06	07	80	09	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31	01	02

• Aula: AULA2

Fecha: 01/10/2025 16:00:00 - 19:30:00

• Aula: AULA2

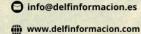
Fecha: 08/10/2025 16:00:00 - 19:30:00

• Aula: AULA2

Fecha: 22/10/2025 16:00:00 - 19:30:00









APRENDIZAJE DE CALIDAD E INNOVACIÓN



- * Delfín Formación es una entidad inscrita y acreditada en el registro de Centros y Entidades de Formación Profesional para el Empleo de la Comunidad Valenciana.
- * Si tienes cualquier duda, por favor llámanos al 965 34 06 25 o envíanos un WhatsApp al 607 74 52 82, te responderemos lo más rápido posible.





