



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



Aprende a gestionar tus emociones para mejorar tu bienestar general y profesional impactando positivamente en los equipos de trabajo



¿Qué aprenderás?

- Reconocimiento de emociones propias/ajenas.
- Funcionamiento y tipos de emociones.
- Disparadores y ciclo emocional.
- Autoconocimiento y desarrollo personal.
- Actitud, roles y objetivos personales.
- Autocontrol, impulsos y hábitos.
- Empatía y comunicación interpersonal.
- Habilidades sociales y relaciones.

Plan de estudios

1

Introducción a la Inteligencia Emocional

- Concepto de inteligencia emocional (IE).
- Concepto de emociones.
- Ciclo emocional.
- Tríada de las emociones.
- Tipos de emociones.
- Función de las emociones.
- Pseudo-sentimientos.
- Secuestro emocional.
- Ciclo emocional.
- Circunstancias que las disparan.

2

Dimensión individual de la IE (parte 1)

- Concepto de 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.
- Toma de iniciativa y hacerse cargo.
- Víctima vs. protagonista.
- Círculos de preocupación e influencia.

3

Dimensión individual de la IE (parte 2)

- Concepto de 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 para el éxito.

4

Dimensión social de la IE

- Concepto de empatía.
- Comunicación empática.
- Escucha empática.
- Diálogo empático.
- Habilidades sociales.
- 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



- Principiante
- Intermedio
- Avanzado
- Experto

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.

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.

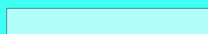
¿Cómo son las clases online en vivo?

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
