

# Inteligencia emocional

---

Modalidad: Virtual

Plataforma Apirhty

---

Duración: 110 min.



# Contiene

## OBJETIVOS

- Conocerá lo que es la inteligencia emocional y las herramientas necesarias para su desarrollo.
- Reconocerá sus emociones y las expresará de manera adecuada.
- Desarrollará un equilibrio emocional y potenciará su rendimiento laboral

### **Tema 1:** Más de una inteligencia

- La inteligencia de las emociones

### **Tema 2:** Diálogo interno

- Reconoce lo que hay dentro de ti
- Un cúmulo de emociones
- Las emociones de adentro hacia afuera

### **Tema 3:** Creo en mí mismo

- El poder de mis creencias
- La motivación que alimenta mi IE

### **Tema 4:** Trabajo mi Inteligencia Emocional

- Toma las mejores decisiones
- Comunica tus ideas
- ¿Qué hago ante un conflicto?
- Analizo mis emociones
- Demuestra todo lo que has aprendido
- Has logrado el éxito emocional