

Máster en Crecimiento Personal y Liderazgo + Titulación universitaria



ÍNDICE

1 | Somos Educa
Business School

2 | Rankings

3 | Alianzas y
acreditaciones

4 | By EDUCA
EDTECH
Group

5 | Metodología
LXP

6 | Razones por las
que elegir Educa
Business School

7 | Programa
Formativo

8 | Temario

9 | Contacto

SOMOS EDUCA BUSINESS SCHOOL

EDUCA Business School es una institución de formación online especializada en negocios. Como miembro de la Comisión Internacional de Educación a Distancia y con el prestigioso Certificado de Calidad AENOR (normativa ISO 9001) nuestra institución se distingue por su compromiso con la excelencia educativa.

Nuestra **oferta formativa**, además de **satisfacer las demandas del mercado laboral** actual, puede bonificarse como formación continua para el personal trabajador, así como ser homologados en Oposiciones dentro de la Administración Pública. Las titulaciones de EDUCA Business School se pueden certificar con la Apostilla de La Haya dotándolos de validez internacional en más de 160 países.

Más de

18

años de
experiencia

Más de

300k

estudiantes
formados

Hasta un

98%

tasa
empleabilidad

Hasta un

100%

de financiación

Hasta un

50%

de los estudiantes
repite

Hasta un

25%

de estudiantes
internacionales

RANKINGS DE EDUCA BUSINESS SCHOOL

Educa Business School se engloba en el conjunto de EDUCA EDTECH Group, que ha sido reconocido por su trabajo en el campo de la formación online.

Todas las entidades bajo el sello EDUCA EDTECH comparten la misión de democratizar el acceso a la educación y apuestan por la transferencia de conocimiento, por el desarrollo tecnológico y por la investigación. Gracias a ello ha conseguido el reconocimiento de diferentes rankings a nivel nacional e internacional.



ALIANZAS Y ACREDITACIONES



FONDO
SOCIAL
EUROPEO



BY EDUCA EDTECH

Educa Business School es una marca avalada por **EDUCA EDTECH Group**, que está compuesto por un conjunto de experimentadas y reconocidas instituciones educativas de formación online. Todas las entidades que lo forman comparten la misión de democratizar el acceso a la educación y apuestan por la transferencia de conocimiento, por el desarrollo tecnológico y por la investigación.



ONLINE EDUCATION



METODOLOGÍA LXP

La metodología **EDUCA LXP** permite una experiencia mejorada de aprendizaje integrando la AI en los procesos de e-learning, a través de modelos predictivos altamente personalizados, derivados del estudio de necesidades detectadas en la interacción del alumnado con sus entornos virtuales.

EDUCA LXP es fruto de la **Transferencia de Resultados de Investigación** de varios proyectos multidisciplinares de I+D+i, con participación de distintas Universidades Internacionales que apuestan por la transferencia de conocimientos, desarrollo tecnológico e investigación.



1. Flexibilidad

Aprendizaje 100% online y flexible, que permite al alumnado estudiar donde, cuando y como quiera.



2. Accesibilidad

Cercanía y comprensión. Democratizando el acceso a la educación trabajando para que todas las personas tengan la oportunidad de seguir formándose.



3. Personalización

Itinerarios formativos individualizados y adaptados a las necesidades de cada estudiante.



4. Acompañamiento / Seguimiento docente

Orientación académica por parte de un equipo docente especialista en su área de conocimiento, que aboga por la calidad educativa adaptando los procesos a las necesidades del mercado laboral.



5. Innovación

Desarrollos tecnológicos en permanente evolución impulsados por la AI mediante Learning Experience Platform.



6. Excelencia educativa

Enfoque didáctico orientado al trabajo por competencias, que favorece un aprendizaje práctico y significativo, garantizando el desarrollo profesional.

RAZONES POR LAS QUE ELEGIR EDUCA BUSINESS SCHOOL

1. FORMACIÓN ONLINE ESPECIALIZADA

Nuestros alumnos acceden a un modelo pedagógico innovador **de más de 20 años de experiencia educativa con Calidad Europea.**



2. METODOLOGÍA DE EDUCACIÓN FLEXIBLE

Con nuestra metodología estudiarán **100% online** y nuestros alumnos/as tendrán acceso los 365 días del año a la plataforma educativa.



3. CAMPUS VIRTUAL DE ÚLTIMA TECNOLOGÍA



Contamos con una **plataforma avanzada** con material adaptado a la realidad empresarial, que fomenta la participación, interacción y comunicación con alumnos de distintos países.

4. DOCENTES DE PRIMER NIVEL

Nuestros docentes están acreditados y formados en **Universidades de alto prestigio en Europa**, todos en activo y con una amplia experiencia profesional.



5. TUTORÍA PERMANENTE



Contamos con un **Centro de Atención al Estudiante CAE**, que brinda atención personalizada y acompañamiento durante todo el proceso formativo.

6. DOBLE MATRICULACIÓN

Algunas de nuestras acciones formativas cuentan con la llamada **Doble matriculación**, que te permite obtener dos formaciones, ya sean de masters o curso, al precio de una.



Máster en Crecimiento Personal y Liderazgo + Titulación universitaria



DURACIÓN
1500 horas



**MODALIDAD
ONLINE**



**ACOMPAÑAMIENTO
PERSONALIZADO**



CREDITOS
8 ECTS

Titulación

Doble Titulación: - Titulación de Máster en Crecimiento Personal y Liderazgo con 1500 horas expedida por EDUCA BUSINESS SCHOOL como Escuela de Negocios Acreditada para la Impartición de Formación Superior de Postgrado, con Validez Profesional a Nivel Internacional - Título Propio de Inteligencia Emocional expedida por la Universidad Europea Miguel de Cervantes acreditada con 8 Créditos Universitarios (Curso Universitario de Especialización de la Universidad Europea Miguel de Cervantes)



EDUCA BUSINESS SCHOOL

como centro acreditado para la impartición de acciones formativas
expide el presente título propio

NOMBRE DEL ALUMNO/A

con número de documento XXXXXXXXX ha superado los estudios correspondientes de

Nombre del curso

con una duración de XXX horas, perteneciente al Plan de Formación de Educa Business School.

Y para que surta los efectos pertinentes queda registrado con número de expediente XXXX/XXXX-XXXX-XXXXXX.

Con una calificación XXXXXXXXXXXXXXXX.

Y para que conste expido la presente titulación en Granada, a (día) de (mes) del (año).

Firma del Alumno/a
NOMBRE ALUMNO/A

La Dirección Académica
NOMBRE DE AREA MANAGER



Con el aval de la Comisión, Categoría Especial del Consejo Económico y Social de la UNED (Plan Propio de Grado)

Descripción

El Máster en Crecimiento Personal y Liderazgo es una oportunidad única para potenciar tus habilidades personales y profesionales en un mundo donde la demanda de líderes empáticos y emocionalmente inteligentes está en auge. Este máster se centra en áreas clave como la psicología social, la inteligencia emocional y la gestión del liderazgo, dotándote de herramientas para mejorar tu autoestima, autoconocimiento y capacidad de comunicación. Aprenderás a gestionar equipos, resolver conflictos y desarrollar un liderazgo eficaz que inspire y motive a los demás. Al finalizar, estarás capacitado para enfrentar los desafíos emocionales y sociales del entorno laboral actual, convirtiéndote en un referente en tu sector. La modalidad online te permite acceder a un aprendizaje flexible y adaptado a tus necesidades, facilitando tu crecimiento personal y profesional desde cualquier lugar. Este máster no solo te transformará, sino que te posicionará como un líder capaz de generar un impacto positivo en tu entorno.

Objetivos

- Desarrollar habilidades de liderazgo eficaz en grupos. - Aplicar técnicas de autocontrol emocional en situaciones complejas. - Mejorar la comunicación asertiva y empática. - Integrar la inteligencia emocional en el entorno laboral. - Implementar dinámicas de grupo para resolución de conflictos. - Evaluar y potenciar la autoestima y el autoconcepto. - Potenciar el autocontrol a través de técnicas cognitivas avanzadas.

Para qué te prepara

El Máster en Crecimiento Personal y Liderazgo está diseñado para profesionales y titulados que buscan profundizar en la psicología social, la inteligencia emocional y el liderazgo eficaz. Este programa avanzado es ideal para quienes desean mejorar sus habilidades en comunicación, resolución de conflictos y gestión de equipos, potenciando su desarrollo personal y profesional en entornos laborales dinámicos.

A quién va dirigido

El Máster en Crecimiento Personal y Liderazgo te prepara para desarrollar habilidades esenciales en liderazgo y gestión emocional. Aprenderás a analizar dinámicas de grupo, mejorar la autoestima y el autocontrol, y aplicar técnicas de resolución de conflictos. Este programa te capacita para liderar equipos de manera eficaz, potenciar la inteligencia emocional en el entorno laboral y fomentar una comunicación asertiva, contribuyendo a tu crecimiento personal y profesional.

Salidas laborales

'- Consultor en desarrollo personal y liderazgo - Coach de inteligencia emocional - Facilitador de dinámicas de grupo - Especialista en resolución de conflictos - Formador en habilidades sociales - Experto en gestión emocional en organizaciones - Mentor de autoestima y autocontrol - Asesor en comunicación efectiva - Líder de equipos de trabajo colaborativos

TEMARIO

PARTE 1. PSICOLOGÍA SOCIAL

UNIDAD DIDÁCTICA 1. PSICOLOGÍA GENERAL Y EVOLUTIVA

1. Personalidad
2. Teorías de la personalidad
 1. - Teorías individuales
 2. - Teorías sociales
 3. - Medir la personalidad
3. Formas de la conducta y de la conciencia
 1. - Actitudes. Conductas humanas
 2. - Operatividad
 3. - Formas elementales de conducta y conciencia
4. Mecanismos de defensa de la personalidad
 1. - Represión
 2. - Negación de la realidad
 3. - Fantasías
 4. - Racionalización
 5. - Formación reactiva
 6. - Proyección
5. Tipos de temperamentos
 1. - Definiciones de temperamento
 2. - Sanguíneo
 3. - Colérico
 4. - Melancólico
 5. - Flemático

UNIDAD DIDÁCTICA 2. PSICOLOGÍA EN ADULTOS

1. Introducción
2. Evaluación Psicológica y Clínica
 1. - La importancia científica de los modelos
 2. - Modelo psicométrico o del atributo
 3. - Modelo médico
 4. - Modelo Dinámico
 5. - Modelo fenomenológico
 6. - La evaluación conductual
 7. - Implicaciones evaluativas de la psicología cognitiva
 8. - Modelos integradores: enfoque bio-psico- social
3. Habilidades del terapeuta

UNIDAD DIDÁCTICA 3. FACTORES DE LOS TRATAMIENTOS PSICOLÓGICOS

1. Introducción
2. Qué es un tratamiento psicológico

3. Psicólogo & Psiquiatra
4. Momento para el tratamiento y sus tipos
5. Profesionales que realizan tratamientos psicológicos
 1. - Psiquiatras
 2. - Psicólogos
6. Dónde encontrar tratamientos psicológicos
 1. - Centros públicos
 2. - Centros privados
7. Eficacia de los tratamientos psicológicos
8. Evaluar la eficacia de los tratamientos
 1. - Cómo saber si es eficaz un tratamiento psicológico
 2. - Ventajas para los profesionales y usuarios de la evaluación de la eficacia de los tratamientos
 3. - Tratamientos considerados eficaces
 4. - Tratamientos con apoyo empírico para diferentes trastornos en adultos
 5. - Tratamientos con apoyo empírico para diferentes trastornos en niños y adolescentes
 6. - El futuro de los tratamientos psicológicos y la evaluación de su eficacia

UNIDAD DIDÁCTICA 4. NOCIONES PSICOLÓGICAS BÁSICAS

1. Concepto de salud
 1. - Salud y enfermedad
 2. - Protección de la salud
 3. - Factores que determinan la salud
2. Aspectos emocionales implicados en la enfermedad
3. La motivación
4. Frustración y conflicto
5. Salud mental y psicoterapia

UNIDAD DIDÁCTICA 5. PSICOLOGÍA SOCIAL

1. Introducción
 1. - Concepto de Psicología Social
 2. - Comienzo de la Psicología Social
2. Principales experimentos en Psicología Social
 1. - Experimento de Solomon Asch (1951 - 1953)
 2. - Experimento de Stanley Milgram (1961)
 3. - Experimento de Darley y Bibb Latané (1968)
 4. - Experimento de Philip Zimbardo (1971)
 5. - Experimento de Darley y Batson (1973)

UNIDAD DIDÁCTICA 6. INTERACCIÓN SOCIAL

1. Introducción
2. Reduccionismo psicológico
 1. - Principios del reduccionismo Psicológico
 2. - Determinismo social
 3. - Problemas derivados de la interacción social

UNIDAD DIDÁCTICA 7. COGNICIÓN SOCIAL

1. La Cognición Social
2. Evaluación de la cognición social
3. Adicciones: una perspectiva desde la neurociencia cognitiva social
 1. - Deterioro en el procesamiento y la representación de la prominencia o recompensas
 2. - Deterioro del razonamiento social y la toma de decisiones
 3. - Deterioro del control voluntario
 4. - Deterioro del valor de la conciencia de las consecuencias adversas graves.
4. Categorización social y Prototipos
5. Esquemas Sociales
6. Inferencia Social

UNIDAD DIDÁCTICA 8. PROCESOS DE ATRIBUCIÓN

1. Procesos de atribución
2. Teorías de la atribución
3. Errores de la atribución
4. La Heurística
 1. - Tipos de heurísticos

UNIDAD DIDÁCTICA 9. EL GRUPO: ELEMENTOS, CARACTERÍSTICAS Y ROLES

1. El grupo
2. Clasificación de los grupos
 1. - Grupos según la relación afectiva que se establece entre ellos
 2. - Grupos según la adscripción del individuo al grupo
 3. - Grupos según el motivo de su constitución
3. Estructura del grupo
 1. - Estructura afectiva: el análisis sociométrico
 2. - Estructura de poder
 3. - Estructura comunicativa
4. Funciones de los grupos
5. Etapas de formación de los grupos
6. Los roles en los grupos
7. La cohesión en el grupo
8. Principios de funcionamiento del grupo

UNIDAD DIDÁCTICA 10. EL LIDERAZGO EFICAZ DENTRO DEL GRUPO

1. Conceptualización
 1. - Definición de liderazgo
 2. - Evolución histórica del liderazgo
2. Estilos de liderazgo
 1. - Estilo coercitivo
 2. - Estilo orientativo
 3. - Estilo participativo
 4. - Estilo afiliativo
 5. - Estilo imitativo

6. - Estilo capacitador
3. El líder
 1. - Cualidades que debe tener un líder eficaz
 2. - Características de un líder eficaz
4. Papel del líder dentro del grupo
5. Estrategias y posibilidades para liderar de forma eficaz

UNIDAD DIDÁCTICA 11. LA COMUNICACIÓN

1. La comunicación y sus elementos
2. La comunicación verbal
3. La comunicación no verbal
 1. - El paralenguaje
 2. - La kinésica
 3. - La próxemica
4. La escucha activa
 1. - ¿Cuál es la diferencia entre oír y escuchar?
 2. - Barreras y obstáculos de la escucha activa
 3. - Consejos para escuchar activamente

UNIDAD DIDÁCTICA 12. RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS

1. ¿Qué es el conflicto?
 1. - Causas de los conflictos
 2. - Tipos de conflicto
 3. - Formas negativas de enfrentarse al conflicto
2. La resolución de conflictos
 1. - Pasos para la resolución de conflictos
 2. - Vías para la resolución de conflictos
3. La negociación
 1. - Pasos a seguir en la negociación
 2. - Estilos para la resolución de conflictos
 3. - Estrategias para afrontar los conflictos
 4. - Habilidades y técnicas de negociación
4. La creatividad en la toma de decisiones ante un conflicto

UNIDAD DIDÁCTICA 13. LAS HABILIDADES SOCIALES Y LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

1. ¿Qué son las habilidades sociales?
 1. - Clases de habilidades sociales
 2. - Relación de habilidades sociales
2. La asertividad
 1. - Estrategias para mejorar la asertividad
 2. - Técnicas o conductas asertivas
3. La Inteligencia emocional
 1. - Orígenes de la inteligencia emocional
 2. - La aparición de la inteligencia emocional
 3. - Las competencias emocionales de Goleman
4. Autoconcepto y autoestima

5. La empatía

UNIDAD DIDÁCTICA 14. TÉCNICAS Y DINÁMICAS DE GRUPO

1. ¿Qué es la dinámica de grupos?
 1. - Definición
 2. - Orígenes históricos
2. ¿Qué son las técnicas grupales?
 1. - Definición y objetivos de las técnicas grupales
 2. - Utilidad de las técnicas grupales
3. Clasificación de las técnicas grupales
 1. - Técnicas de discusión y obtención de ideas
 2. - Técnicas de dramatización
 3. - Técnicas de formación de grupos
 4. - La ventana de Johari
4. Fundamentos de selección y aplicación de las técnicas grupales
 1. - Criterios de selección de la técnica
 2. - Normas generales para el uso de las técnicas de grupo

UNIDAD DIDÁCTICA 15. TÉCNICAS PARA MEJORAR EL FUNCIONAMIENTO DE UN EQUIPO

1. Programa de entrenamiento
2. Técnicas de desarrollo en equipo

UNIDAD DIDÁCTICA 16. EVALUACIÓN DE SÍ MISMO. TÉCNICAS DE LA PERSONALIDAD

1. Inteligencias múltiples
 1. - Inteligencia intrapersonal
 2. - Inteligencia interpersonal
 3. - Inteligencia emocional
2. Técnicas de afirmación de la personalidad; la autoestima
 1. - Autoestima alta y baja
 2. - Cómo se forma la autoestima
 3. - Técnicas para mejorar la autoestima
3. Técnicas de afirmación de la personalidad; el autorrespeto
 1. - Detención del pensamiento
 2. - Pasos a seguir para desarrollar esta técnica
4. Técnicas de afirmación de la personalidad; la asertividad
 1. - Conducta inhibida, agresiva y asertiva
 2. - Entrenamiento en asertividad
 3. - Técnicas para hacer frente a las críticas

PARTE 2. TÉCNICAS PARA MEJORAR LA AUTOESTIMA, EL AUTOCONTROL Y LA COMUNICACIÓN

MÓDULO 1. AUTOESTIMA

UNIDAD DIDÁCTICA 1. DEFINICIÓN Y CARACTERÍSTICAS DE LA AUTOESTIMA

1. Introducción
2. ¿Qué es la autoestima?

3. Desarrollo de la autoestima
4. Grados de autoestima
5. Importancia de la autoestima positiva
6. Autoestima alta y baja
7. Distorsiones cognitivas
8. Indicadores de autoestima

UNIDAD DIDÁCTICA 2. LA AUTOESTIMA A TRAVÉS DE LA HISTORIA

1. Breve reseña histórica
2. La autoestima en el mundo real
3. La autoestima en el capitalismo
4. La autoestima en el comunismo
5. La autoestima en el socialismo
6. El concepto capitalista de la autoestima: críticas y controversia

UNIDAD DIDÁCTICA 3. EL AUTOCONCEPTO

1. Introducción
2. Conceptos y teorías
3. Evaluación
4. Programas de intervención

UNIDAD DIDÁCTICA 4. AUTO-RESPECTO Y AUTO-REALIZACIÓN

1. Auto-respeto
2. Cómo hacer frente a las críticas: responder a las quejas
3. Creatividad y auto-realización en el trabajo

MÓDULO 2. AUTOCONTROL

UNIDAD DIDÁCTICA 5. EL AUTOCONTROL EMOCIONAL

1. Introducción
2. El autocontrol emocional
3. Las emociones
4. La ira
5. Formas concretas de manejar las emociones de ansiedad e ira

UNIDAD DIDÁCTICA 6. TÉCNICAS DE AUTOCONTROL EMOCIONAL

1. Imaginación/Visualización
2. Entrenamiento asertivo
3. Técnica de control de la respiración
4. Administración del tiempo
5. La relajación

UNIDAD DIDÁCTICA 7. TÉCNICAS COGNITIVAS

1. Introducción

2. Solución de problemas
3. Detención del pensamiento
4. La inoculación del estrés
5. La sensibilización encubierta
6. Terapia racional de Ellis

UNIDAD DIDÁCTICA 8. TÉCNICAS GRUPALES

1. Dinámicas de grupos

UNIDAD DIDÁCTICA 9. LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

1. Concepto de inteligencia emocional
2. Teorías y modelos de la inteligencia emocional
3. Componentes de la inteligencia emocional
4. Aptitudes en las que se basa la inteligencia emocional
5. Evaluación de la inteligencia emocional
6. La inteligencia emocional en los equipos de trabajo
7. Programas de desarrollo de inteligencia emocional

MÓDULO 3. COMUNICACIÓN

UNIDAD DIDÁCTICA 10. LA COMUNICACIÓN

1. Conceptualización de la comunicación
2. Elementos constitutivos de la comunicación
3. Teorías de la comunicación según el contexto
4. Obstáculos en la comunicación
5. Tipos de comunicación

UNIDAD DIDÁCTICA 11. HABILIDADES Y COMPETENCIAS COMUNICATIVAS

1. Habilidades conversacionales
2. La escucha
3. La empatía
4. La reformulación
5. La aceptación incondicional
6. La destreza de personalizar
7. La conformación

PARTE 3. INTELIGENCIA EMOCIONAL

MÓDULO 1. INTRODUCCIÓN A LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

UNIDAD DIDÁCTICA 1. INTRODUCCIÓN A LA INTELIGENCIA

1. La inteligencia
 1. - Inteligencia y capacidad de aprendizaje
2. Inteligencia interpersonal
3. Inteligencia intrapersonal

UNIDAD DIDÁCTICA 2. INTRODUCCIÓN A LA EMOCIÓN

1. ¿Qué es la emoción?
2. La importancia de experimentar emociones
 1. - Funciones adaptativas
 2. - Funciones sociales
 3. - Funciones motivacionales
3. Valoración de situaciones y puesta en marcha de las emociones
4. Manifestaciones de la emoción
 1. - Nivel fisiológico
 2. - Nivel comportamental
 3. - Nivel cognitivo
5. Conceptos relacionados que no son emociones

UNIDAD DIDÁCTICA 3. CLASIFICACIÓN DE LAS EMOCIONES

1. Criterios para la clasificación de emociones
2. Emociones básicas o primarias
3. Emociones complejas o secundarias
 1. - La rueda de las emociones de Plutchik
4. Clasificación dimensional de las emociones
5. Clasificación psicopedagógica de las emociones
 1. - Emociones negativas
 2. - Emociones positivas
 3. - Emociones ambiguas

UNIDAD DIDÁCTICA 4. ¿QUÉ ES LA INTELIGENCIA EMOCIONAL? DEFINICIÓN

1. Concepto de inteligencia emocional
 1. - Aspectos biológicos de la inteligencia emocional
 2. - Origen de la inteligencia emocional
2. Componentes de la inteligencia emocional
 1. - Conciencia emocional
 2. - Control de las emociones
 3. - La motivación
 4. - Empatía
 5. - Relaciones sociales

UNIDAD DIDÁCTICA 5. TEORÍAS DE INTELIGENCIA EMOCIONAL: DANIEL GOLEMAN

1. Teorías y modelos de la IE. La figura de Goleman
2. Modelos de habilidades
 1. - Modelo de Salovey y Mayer
3. Modelos mixtos
 1. - Modelo de Daniel Goleman
 2. - Modelo de Bar-On
4. Otros modelos
 1. - El modelo de Cooper y Sawaf
 2. - El modelo de Bocarddo, Sasia y Fontenla

3. - Modelo de Rovira
4. - El modelo de Vallés y Vallés
5. - El modelo secuencial de autorregulación emocional
5. Teoría de las inteligencias múltiples de Gardner
 1. - Tipos de inteligencias de la teoría
 2. - Base teórica de los tipos de inteligencias
6. Teoría triárquica de la inteligencia

UNIDAD DIDÁCTICA 6. TEST DE INTELIGENCIA EMOCIONAL

1. Breve Historia de la medición de la Inteligencia
 1. - Orígenes de los test de Inteligencia
2. Aportaciones de los test de Inteligencia
3. Ejemplos de test e instrumentos para evaluar la inteligencia emocional
4. Críticas a los test de Inteligencia

MÓDULO 2. TALLER INTELIGENCIA EMOCIONAL: DINÁMICA DE INTELIGENCIA EMOCIONAL

UNIDAD DIDÁCTICA 7. PERSONALIDAD Y AUTOCONOCIMIENTO

1. Aproximación al concepto de personalidad
 1. - Estructura de la personalidad
 2. - Naturaleza de la personalidad
2. Importancia del autoconocimiento
3. Fases de autoconocimiento
 1. - Honestidad emocional
 2. - Energía emocional

UNIDAD DIDÁCTICA 8. HABILIDADES RELACIONADAS CON LA INTELIGENCIA EMOCIONAL (I)

1. Asertividad
 1. - Conducta inhibida, asertiva y agresiva
 2. - Entrenamiento en asertividad
2. Empatía
3. Autoestima
 1. - Desarrollo de la autoestima

UNIDAD DIDÁCTICA 9. HABILIDADES RELACIONADAS CON LA INTELIGENCIA EMOCIONAL (II)

1. Control del estrés y la ansiedad
 1. - El estrés
 2. - La ansiedad
2. Comunicación
 1. - Los axiomas de comunicación
 2. - Pensamiento y Lenguaje
 3. - El enfoque sistémico

UNIDAD DIDÁCTICA 10. TÉCNICAS PARA AUMENTAR LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

1. Imaginación/visualización

2. Reestructuración cognitiva
3. Autocontrol
4. La resolución de conflictos
 1. - Resolución de problemas
5. Técnicas de resolución de conflictos: la negociación y la mediación
 1. - Negociación
 2. - Mediación

MÓDULO 3. INTELIGENCIA EMOCIONAL EN NIÑOS

UNIDAD DIDÁCTICA 11. EL DESARROLLO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

1. Desarrollo de la inteligencia emocional en la primera infancia
 1. - Autorregulación e interés por el mundo
 2. - De los 3 a los 7 meses
 3. - Desarrollo de la comunicación intencional (3-10 meses)
 4. - Aparición de un sentido organizado del yo (9-18 meses)
 5. - Crear ideas emocionales (18-36 meses)
 6. - Razonamiento emocional. El origen de la imaginación, sentido de la realidad y autoestima (30-40 meses)
2. El apego infantil
 1. - Tipos de apego
3. El desarrollo emocional en la etapa de Educación Primaria

UNIDAD DIDÁCTICA 12. INTELIGENCIA EMOCIONAL EN LA EDUCACIÓN

1. La inteligencia emocional en el ámbito educativo
 1. - Importancia de la enseñanza de la inteligencia emocional
2. La escuela como contexto socializador
 1. - Estilos educativos de los profesores
 2. - Consecuencias de los estilos educativos del profesor
3. El papel de los iguales en el desarrollo de las emociones
 1. - Interacción entre iguales en contextos educativos

UNIDAD DIDÁCTICA 13. DIFICULTADES EMOCIONALES

1. Problemas en el desarrollo emocional
 1. - Signos de alarma
2. Factores que influyen en los problemas emocionales
 1. - Factores de riesgo
 2. - Factores protectores
3. Dificultades emocionales en niños
 1. - Ansiedad por separación
 2. - Depresión
 3. - Trastornos del espectro del autismo
 4. - Trastorno de estrés postraumático

MÓDULO 4. INTELIGENCIA EMOCIONAL EN EL TRABAJO

UNIDAD DIDÁCTICA 14. INTELIGENCIA EMOCIONAL Y LA VIDA LABORAL

1. Experiencia laboral y calidad de vida
2. Aplicación de la IE a la vida laboral
3. IE y éxito laboral
4. Establecer objetivos adecuados
5. Competitividad

UNIDAD DIDÁCTICA 15. PNL E INTELIGENCIA EMOCIONAL

1. ¿Qué es la Programación Neurolingüística?
 1. - Principios de funcionamiento
2. Elementos básicos de PNL
 1. - Programación
 2. - Neuro
 3. - Lingüística
3. Sistemas representacionales
4. Estrategias empleadas en PNL
 1. - Estrategias de cambio
 2. - Estrategias de negociación

UNIDAD DIDÁCTICA 16. DIRECCIÓN Y GESTIÓN EMPRESARIAL CON INTELIGENCIA EMOCIONAL

1. Las organizaciones vistas desde el punto de vista de la Inteligencia Emocional
2. Ventajas del uso de la inteligencia emocional en la empresa
3. RR.HH. con Inteligencia emocional
4. Gestión del tiempo
5. Gestión de equipos de trabajo
6. Gestión de reuniones

UNIDAD DIDÁCTICA 17. INTELIGENCIA EMOCIONAL 2.0

1. Inteligencia emocional 2.0
2. El autoconocimiento
 1. - Conciencia emocional
 2. - Autoconfianza
3. La autogestión
 1. - Autocontrol
 2. - Iniciativa y optimismo
4. La conciencia social
 1. - Empatía
 2. - Conciencia organizacional
5. La gestión de las relaciones
 1. - Liderazgo
 2. - Gestión de conflictos

PARTE 4. PSICOTERAPIA EMOCIONAL: TERAPIA CENTRADA EN LAS EMOCIONES

UNIDAD DIDÁCTICA 1. LAS EMOCIONES

1. Definición de las emociones
2. Sustratos biológicos de la emoción
3. Clasificación emocional
4. Gestión de las emociones
5. Funciones de las emociones
6. Teorías de las emociones
7. Emociones y salud

UNIDAD DIDÁCTICA 2. INTELIGENCIA EMOCIONAL

1. Concepto de Inteligencia Emocional
2. Teorías y Modelos de la Inteligencia Emocional
3. Componentes de la Inteligencia Emocional
4. Aptitudes en las que se basa la Inteligencia Emocional
5. Evaluación de la Inteligencia Emocional

UNIDAD DIDÁCTICA 3. HABILIDADES RELACIONADAS CON LA IE (I)

1. Asertividad y empatía
2. Autoestima
3. Habilidades de comunicación: el lenguaje emocional

UNIDAD DIDÁCTICA 4. HABILIDADES RELACIONADAS CON LA IE (II)

1. Control del estrés y la ansiedad
2. Negociación y resolución de conflictos

UNIDAD DIDÁCTICA 5. TÉCNICAS PARA AUMENTAR LA IE

1. Pensamientos positivos
2. Imaginación/visualización
3. Autocontrol
4. Reestructuración cognitiva
5. Resolución de problemas

UNIDAD DIDÁCTICA 6. PERSONALIDAD, AUTOCONOCIMIENTO E INTELIGENCIA EMOCIONAL

1. Conocerse a sí mismo
2. Honestidad emocional
3. Energía emocional
4. Retroinformación emocional

UNIDAD DIDÁCTICA 7. PSICOTERAPIA EMOCIONAL

1. Definición de psicoterapia
2. Psicoterapia centrada en las emociones
3. Control emocional
4. Aproximación a la Psicología positiva
5. Terapia Transpersonal
6. Mindfulness. Psicoterapia y bienestar

7. Abordaje corporal de las emociones

UNIDAD DIDÁCTICA 8. TÉCNICAS DE AUTOCONTROL

1. Imaginación/Visualización
2. Entrenamiento asertivo
3. Técnica de control de la respiración
4. Administración del tiempo
5. La relajación

UNIDAD DIDÁCTICA 9. TÉCNICAS COGNITIVAS

1. Solución de problemas
2. Detención del pensamiento
3. La inoculación del estrés
4. La sensibilización encubierta
5. Terapia racional emotiva de Ellis

UNIDAD DIDÁCTICA 10. TÉCNICAS GRUPALES

1. Dinámicas de grupos

PARTE 5. PSICOLOGÍA DE LA EMOCIÓN

MÓDULO 1. HISTORIA DE LA EMOCIÓN

UNIDAD DIDÁCTICA 1. HISTORIA DE LA EMOCIÓN

1. Introducción
 1. - Perspectiva cognitiva de las emociones
 2. - Perspectiva constructiva de las emociones
2. Expresión de las emociones según Charles Darwin
3. Teoría Cannon-Bard de las emociones
4. Teoría de los dos factores de las emociones
5. Hipótesis del hemisferio derecho
6. El cerebro triuno de MacLean
7. Hitos relevantes
 1. - Caso Phineas Gage
 2. - El síndrome de Klúver - Bucy
 3. - Efectos de la extirpación de la amígdala en monos

UNIDAD DIDÁCTICA 2. INTRODUCCIÓN A LA PSICOLOGÍA DE LA EMOCIÓN

1. Definición de Emoción
 1. - Funciones de las emociones
 2. - Biología de la emoción
2. Tipos de Emociones
3. Gestión de las emociones
4. El lenguaje de las emociones
 1. - Expresión facial

2. - Reconocimiento de las emociones mediante la expresión facial
5. Medida de las emociones

UNIDAD DIDÁCTICA 3. CEREBRO Y EMOCIONES

1. El cerebro
2. Cerebro emocional
 1. - Amígdala
 2. - Hipocampo
 3. - Área septal y corteza cingulada
3. Plasticidad cerebral
 1. - Períodos críticos
4. Anatomía de las emociones
 1. - Circuito de recompensa cerebral
5. Neurotransmisores
 1. - Principios básicos de la neurotransmisión
 2. - Mecanismos de transmisión química

UNIDAD DIDÁCTICA 4. PERSONALIDAD Y EMOCIÓN

1. La personalidad
 1. - Estructura de la personalidad
 2. - Naturaleza de la personalidad
2. La importancia de la autoconciencia en la IE
3. Entendiendo nuestros sentimientos
 1. - Energía emocional
4. Impulsividad emocional

UNIDAD DIDÁCTICA 5. MOTIVACIÓN Y EMOCIÓN

1. Definición de motivación
 1. - Motivación y emoción
2. El ciclo motivacional
3. Motivación y aprendizaje
 1. - Procesos metacognitivos
4. La frustración

MÓDULO 2. INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA EN EMOCIONES

UNIDAD DIDÁCTICA 6. DIFICULTADES EMOCIONALES

1. Problemas en el desarrollo emocional
 1. - Signos de alarma
2. Factores que influyen en los problemas emocionales
 1. - Factores de riesgo
 2. - Factores protectores
3. Dificultades emocionales en niños
 1. - Ansiedad por separación
 2. - Depresión

3. - Trastornos del espectro del autismo
4. - Trastorno de estrés postraumático

UNIDAD DIDÁCTICA 7. TRASTORNOS EMOCIONALES

1. Trastorno emocional
 1. - Causas de los trastornos emocionales
2. Ansiedad y Depresión
 1. - Ansiedad
 2. - Depresión
3. Trastorno Bipolar
 1. - Trastorno Bipolar I
 2. - Trastorno Bipolar II
4. Esquizofrenia
5. Fobia Social
6. Relación entre emoción y salud
 1. - Emociones Negativas y Salud
 2. - Emociones Positivas y Salud

UNIDAD DIDÁCTICA 8. INTRODUCCIÓN A LA INTERVENCIÓN DE LOS PROBLEMAS EMOCIONALES

1. Técnicas de modificación de conducta
 1. - Instrucción verbal y práctica dirigida
 2. - Modelado
 3. - Retroalimentación
 4. - Técnica de iniciación con iguales
2. Estrategias cognitivo conductuales
 1. - Estrategias racionales
 2. - Estrategias para afrontar el estrés
 3. - Estrategias para la solución de problemas

UNIDAD DIDÁCTICA 9. TÉCNICAS DE AUTOCONTROL EMOCIONAL

1. Imaginación/Visualización
2. Entrenamiento asertivo
3. Técnica de control de la respiración
4. Administración del tiempo
5. La relajación
 1. - Técnicas de relajación
 2. - La relajación progresiva y el entrenamiento autógeno

UNIDAD DIDÁCTICA 10. CONTROL DE LAS EMOCIONES NEGATIVAS

1. Control del estrés y la ansiedad
2. La ansiedad
 1. - Técnicas para el control del estrés y la ansiedad
3. El conflicto
 1. - Técnicas de resolución de conflictos: la negociación

MÓDULO 3. INTELIGENCIA EMOCIONAL

UNIDAD DIDÁCTICA 11. INTELIGENCIA EMOCIONAL

1. Concepto de Inteligencia emocional
 1. - Aspectos biológicos de la inteligencia emocional
 2. - Origen de la inteligencia emocional
2. Componentes de la Inteligencia emocional
 1. - Conciencia emocional
 2. - Control de las emociones
 3. - La motivación
 4. - Empatía
 5. - Relaciones sociales

UNIDAD DIDÁCTICA 12. DESARROLLO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

1. Desarrollo de la inteligencia emocional en la primera infancia
 1. - Autorregulación e interés por el mundo
 2. - De los 3 a los 7 meses
 3. - Desarrollo de la comunicación intencional (3-10 meses)
 4. - Aparición de un sentido organizado del yo (9-18 meses)
 5. - Crear ideas emocionales (18-36 meses)
 6. - Razonamiento emocional. El origen de la imaginación, sentido de la realidad y autoestima (30-40 meses)
2. El apego infantil
 1. - Tipos de apego
3. El desarrollo emocional en la etapa de Educación Primaria

UNIDAD DIDÁCTICA 13. ENSEÑANZA DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

1. Conocer las propias emociones
 1. - Enseñar a conocer las emociones
2. Manejar las emociones
 1. - Enseñar a manejar las emociones
3. Automotivación
 1. - Enseñar la motivación
4. Reconocer las emociones de los demás
 1. - Enseñar empatía
5. Autoestima
6. Tomar decisiones
 1. - Enseñar resolución de problemas
7. Habilidades sociales
 1. - Asertividad
 2. - Enseñar habilidades sociales

UNIDAD DIDÁCTICA 14. ÁREAS DE APLICACIÓN DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

1. Negociación y resolución de conflictos
 1. - Gestión de conflictos

2. - Técnicas de resolución de conflictos: la negociación
2. Inteligencia emocional y adaptación social
3. Inteligencia emocional y liderazgo

UNIDAD DIDÁCTICA 15. MINDFULNESS Y EMOCIÓN

1. El origen de Mindfulness
2. Mindfulness
 1. - La Atención
3. Mindfulness y neurobiología
 1. - Disposición afectiva con Mindfulness
4. Componentes de la atención o conciencia plena
5. Práctica de Mindfulness
 1. - Práctica formal e informal
6. El trabajo de las emociones en la psicoterapia
 1. - Emociones básicas
 2. - Control emocional
7. Abordaje corporal de las emociones
 1. - Risoterapia
 2. - Arteterapia
 3. - Danzaterapia
 4. - Focalización de la atención: Focusing

PARTE 6. GESTIÓN DEL LIDERAZGO

UNIDAD DIDÁCTICA 1. MODELOS ORGANIZATIVOS: LA HUMANIZACIÓN DE LA ORGANIZACIÓN

1. La importancia de las organizaciones
2. Aproximación conceptual a la organización
3. Tipos de organizaciones
4. La estructura
 1. - Tipos de estructura
5. Cambio y desarrollo en la organización
 1. - Teorías del cambio organizacional
 2. - Coaching y cambio organizativo
6. El coach como agente de cambio
7. Profesionales con vocación de persona

UNIDAD DIDÁCTICA 2. EL EQUIPO EN LA ORGANIZACIÓN ACTUAL

1. La importancia de los equipos en las organizaciones actuales
2. Modelos explicativos de la eficacia de los equipos
 1. - La efectividad de los equipos
3. Composición de equipos, recursos y tareas
 1. - Tipos de equipos
 2. - Las reuniones de los equipos de trabajo
 3. - Causas por las que pueden fracasar equipos de trabajo
 4. - Los procesos en los equipos

UNIDAD DIDÁCTICA 3. EL LIDERAZGO

1. Evolución del liderazgo en la historia
 1. - Civilizaciones antiguas
 2. - Contribuciones militares
 3. - Iglesia católica
 4. - Hasta la revolución industrial
 5. - Revolución industrial
 6. - Resumen de las cualidades comunes
2. Edades del liderazgo organizativo
 1. - Las edades del líder según Bennis
3. ¿Qué se entiende por liderazgo?
4. Evolución de las teorías de liderazgo
 1. - Enfoques centrados en el líder
 2. - Teorías situacionales o de contingencia
5. Estilos de liderazgo
 1. - Otra clasificación de tipos de liderazgo
6. El papel del líder
 1. - Habilidades del líder
 2. - Funciones administrativas del liderazgo

UNIDAD DIDÁCTICA 4. COACHING Y LIDERAZGO EN LA EMPRESA

1. El coaching como ayuda a la formación del liderazgo
2. El coaching como estilo de liderazgo
3. El coach como líder y formador de líderes
4. El líder como coach

UNIDAD DIDÁCTICA 5. LIDERAZGO Y TEAM BUILDING

1. Cultura de equipo
2. Funciones del líder
 1. - Funciones básicas
 2. - Funciones complementarias

UNIDAD DIDÁCTICA 6. DESARROLLO DE LAS HABILIDADES DE LIDERAZGO

1. Competencias del buen líder
2. Competencias del líder eficaz
 1. - Cualidades que debe tener un líder eficaz
 2. - Características de un líder eficaz
3. Formación de líderes eficaces
 1. - Las bases de un gran líder
4. El rol del líder eficaz dentro del grupo
5. Tácticas y estrategias de liderazgo eficaz
6. El gen del liderazgo
7. Liderazgo y timidez
 1. - Ejemplos de ejecutivos tímidos
 2. - Estrategias para vencer la timidez

UNIDAD DIDÁCTICA 7. TÉCNICAS PARA MEJORAR EL FUNCIONAMIENTO DE UN EQUIPO

1. Programa de entrenamiento
2. Métodos de aprendizaje
3. Técnicas de desarrollo en equipo
4. Pasos para identificar, analizar y solucionar problemas

UNIDAD DIDÁCTICA 8. LA DINÁMICA DE GRUPOS

1. Definición
2. Aplicaciones a los distintos campos de la vida social
3. Técnicas de dinámica de grupos
 1. - Qué son y qué no son las técnicas grupales
 2. - Elección de la técnica adecuada
 3. - Criticas a las técnicas de dinámica para grupos
4. Normas generales para el uso de las técnicas de grupo
5. El papel del dinamizador
 1. - Tres tipos de animador
 2. - Papel del animador
 3. - Funciones del animador

UNIDAD DIDÁCTICA 9. CLASIFICACIÓN DE LAS DINÁMICAS DE GRUPOS

1. Según el tamaño del grupo
 1. - Asamblea
 2. - Comisión
 3. - Congreso
 4. - Mesa redonda
 5. - Conferencia
 6. - Clínica del rumor
 7. - Corrillo
 8. - Cuchicheo
 9. - Debate dirigido o discusión guiada
 10. - Grupo de confrontación
2. Según la participación de los expertos
 1. - Role playing
 2. - Tormenta de ideas
 3. - Phillips 6.6
 4. - Foro
 5. - Grupo de discusión
 6. - Diálogos simultáneos
 7. - Entrevista
3. Según los objetivos

UNIDAD DIDÁCTICA 10. TÉCNICAS DE DINÁMICA DE GRUPOS EN LA RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS EN LA EMPRESA

1. Perspectiva positiva del conflicto
2. Conflicto versus violencia

1. - El conflicto como proceso
2. - Actitudes ante el conflicto
3. Prevención
4. Análisis y negociación
 1. - Separar persona-proceso-problema
 2. - Personas
 3. - El proceso
 4. - El problema
5. Búsqueda de soluciones
 1. - La Mediación
6. Procedimientos para enseñar a resolver conflictos

