

**Máster en Inteligencia Emocional + 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 Inteligencia Emocional + Titulación universitaria



**DURACIÓN**  
1500 horas



**MODALIDAD  
ONLINE**



**ACOMPañAMIENTO  
PERSONALIZADO**



**CREDITOS**  
5 ECTS

### Titulación

---

Doble Titulación: - Titulación de Máster en Inteligencia Emocional 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 - Titulación Universitaria en Psicoterapia del Bienestar Emocional con 5 Créditos Universitarios ECTS con 125 horas



**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 XXXXXXXXXXXXXXX.

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

Las emociones presentan un potencial adaptativo innato que ayudan a cambiar estados emocionales des adaptativos o negativos que generan experiencias no deseadas. El Master en Educación Emocional ofrece una amplia visión de la terapia centrada en las emociones. Ofrece una perspectiva general de cómo influyen las emociones en la vida diaria y cómo éstas pueden llegar a conseguir un estado de bienestar pleno en el sujeto. Además conocerá aspectos fundamentales relacionados con este concepto como la inteligencia emocional y la educación emocional en la infancia.

## Objetivos

- Definir las emociones y el papel que juegan en la conducta humana.
- Describir la relación entre el cerebro y las emociones.
- Conocer la importancia de la inteligencia emocional en procesos psicológicos negativos.
- Describir el control de las emociones negativa.
- Introducir la terapia basada en Mindfulness.
- Relacionar los distintos estilos de educativos con el desarrollo de la inteligencia emocional.
- Prevenir las dificultades emocionales relacionadas con los problemas en el desarrollo emocional.
- Conocer qué es el autocontrol emocional y diferentes técnicas para desarrollarlo.
- Identificar los diferentes estilos de crianza, enfatizando la crianza con apego.
- Determinar los diferentes tipos de apego, y cómo influyen los estilos de crianza en el desarrollo del mismo.
- Identificar posibles factores de riesgo y factores protectores de las dificultades emocionales.
- Contribuir a la competitividad de las empresas favoreciendo la introducción de las técnicas de control e inteligencia emocional, asegurando la adaptación de los trabajadores a los cambios producidos.

- Conocer los diferentes trastornos causados por la desorganización del apego.

## Para qué te prepara

---

El Master en Educación Emocional está dirigido a profesionales del sector educativo o cualquier entorno que requiera la aplicación de la educación emocional, así como a personas interesadas en especializarse en educación emocional.

## A quién va dirigido

---

Este Master en Educación Emocional le prepara para tener una visión amplia y precisa sobre el entorno de la educación emocional, llegando a especializarse en procesos de inteligencia emocional y gestión del estrés.

## Salidas laborales

---

Psicoterapia / Psicología / Sector empresarial / Educación emocional.

## TEMARIO

---

### PARTE 1. PSICOTERAPIA DEL BIENESTAR EMOCIONAL

#### UNIDAD DIDÁCTICA 1. LA IMPORTANCIA DE LAS EMOCIONES

1. Emoción y mindfulness
2. ¿Qué es una emoción?
3. Biología de la emoción
4. Gestión de las emociones
5. La utilidad de experimentar emociones. Funciones
6. Teorías emocionales
7. Influencia de las emociones en el estado de salud

#### UNIDAD DIDÁCTICA 2. CEREBRO Y EMOCIONES

1. El cerebro
2. Cerebro emocional
3. Plasticidad cerebral
4. Anatomía de las emociones
5. Neurotransmisores

#### UNIDAD DIDÁCTICA 3. LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

1. Inteligencia emocional y mindfulness
2. Falsos mitos
3. Teorías y Modelos
4. Habilidades que componen la IE
5. Aptitudes de la IE
6. Abordaje de la IE
7. Técnicas para potenciar la Inteligencia Emocional

#### UNIDAD DIDÁCTICA 4. TEORÍAS DE LA MOTIVACIÓN Y LA EMOCIÓN PARA EL BIENESTAR EMOCIONAL

#### UNIDAD DIDÁCTICA 5. ENFOQUES COGNITIVO-CONDUCTUALES EN TERAPIA EMOCIONAL

#### UNIDAD DIDÁCTICA 6. TÉCNICAS COGNITIVAS Y DE AUTOCONTROL. UNA APROXIMACIÓN A LA AUTORREGULACIÓN EMOCIONAL

1. Técnicas y procedimientos cognitivos y de autocontrol
2. Solución de problemas
3. Tratamiento de pensamientos obsesivos
4. Afrontamiento de las experiencias estresantes
5. Destrucción de hábitos
6. Técnica de visualización cognitiva
7. Entrenamiento en habilidades sociales: asertividad

## UNIDAD DIDÁCTICA 7. ENFOQUES HUMANISTAS EN TERAPIA EMOCIONAL

### UNIDAD DIDÁCTICA 8. MINDFULNESS

1. El origen de Mindfulness
2. Mindfulness
3. Mindfulness y neurobiología
4. Componentes de la atención o conciencia plena
5. Práctica de Mindfulness

### UNIDAD DIDÁCTICA 9. INTELIGENCIA EMOCIONAL Y 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 10. PROGRAMACIÓN NEUROLINGÜÍSTICA COMO RECURSO PARA LA MEJORA DE LA IE

1. Conceptualización de la Programación Neurolingüística
2. Cambio sistemático: el aprendizaje a través de niveles
3. Diseño del plan de acción

### UNIDAD DIDÁCTICA 11. HERRAMIENTAS PARA AFRONTAR EL ESTRÉS

1. Afrontamiento del Estrés
2. Técnicas de control del estrés sobre el individuo
3. Técnicas de control de estrés sobre el grupo
4. Técnicas de control de estrés desde la organización
5. Técnicas para la prevención del estrés
6. Intervención en situaciones de crisis

### UNIDAD DIDÁCTICA 12. FACTORES Y CONDICIONANTES QUE AFECTAN AL BIENESTAR EMOCIONAL

#### PARTE 2. EDUCACIÓN EMOCIONAL DURANTE LA PRIMERA INFANCIA

##### UNIDAD DIDÁCTICA 1. LAS EMOCIONES DURANTE LA PRIMERA INFANCIA

1. La educación en la primera infancia
2. Factores que influyen en el comportamiento emocional
3. Emociones
  1. - Características de las emociones en los niños
  2. - Función de las emociones
  3. - Importancia de las emociones
  4. - Competencias emocionales
4. Teoría de las emociones

##### UNIDAD DIDÁCTICA 2. 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 3. INTELIGENCIA EMOCIONAL I

1. Concepto de Inteligencia emocional
  1. - Aspectos biológicos 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 4. INTELIGENCIA EMOCIONAL II

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 5. MODELOS SOBRE EL DESARROLLO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

1. Tipos de enfoques
2. Modelos mixtos
  1. - Modelo de Goleman
  2. - Modelo de Bar-On
3. Modelos de habilidades
  1. - Modelo de Salovey y Mayer

4. Otros modelos

1. - El modelo de Cooper y Sawaf
2. - El modelo de Boccardo, Sasia y Fontenla
3. - Modelo de Rovira
4. - El modelo de Vallés y Vallés
5. - El modelo secuencial de autorregulación emocional

UNIDAD DIDÁCTICA 6. 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 desarrollo emocional en la etapa de Educación Primaria

UNIDAD DIDÁCTICA 7. INTELIGENCIA EMOCIONAL EN EL AULA

1. La inteligencia emocional en el ámbito escolar

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 8. EL PAPEL DE LA FAMILIA EN LA EDUCACIÓN DE LAS EMOCIONES

1. La familia como contexto socializador

1. - Influencia del clima familiar

2. Modelos familiares

3. Estilos educativos parentales

1. - Influencia de los estilos educativos en la inteligencia emocional

UNIDAD DIDÁCTICA 9. 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 10. 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

## PARTE 3. EDUCACIÓN INFANTIL Y CRIANZA CON APEGO

### UNIDAD DIDÁCTICA 1. LA EDUCACIÓN INFANTIL

1. El sistema educativo
  1. - Educación infantil
  2. - Educación primaria
2. La educación especial en el sistema educativo
  1. - Educación inclusiva
3. Concepto de currículo
  1. - Objetivos y competencias básicas
  2. - Contenidos

### UNIDAD DIDÁCTICA 2. DESARROLLO INTEGRAL INFANTIL

1. Desarrollo infantil temprano
2. Desarrollo físico
  1. - Desarrollo psicomotriz
3. Desarrollo cognitivo
  1. - Características del desarrollo cognitivo
4. Desarrollo social
5. Desarrollo emocional
  1. - Inteligencia emocional

### UNIDAD DIDÁCTICA 3. ESTILOS DE CRIANZA

1. Estilos de crianza
  1. - Clasificación de los estilos de crianza
2. Efectos de los estilos de crianza en el niño
3. Estrategias de comunicación familiar
  1. - Tipos de comunicación
4. Problemas de conducta
  1. - Trastorno negativista desafiante
  2. - Trastorno explosivo intermitente
  3. - Trastorno de conducta

### UNIDAD DIDÁCTICA 4. EL APEGO

1. El apego
  1. - Curso evolutivo del apego
2. Teorías sobre la formación del apego
  1. - Perspectiva evolutivo-etológica
  2. - Tipos de apego
3. Efectos del fracaso en el establecimiento de las relaciones de apego
4. La práctica de crianza con apego

#### UNIDAD DIDÁCTICA 5. TRASTORNOS CAUSADOS POR PROBLEMAS DE APEGO

1. Trastornos disociativos
  1. - Trastorno de identidad disociativo
  2. - Amnesia disociativa
  3. - Trastorno de despersonalización/desrealización
2. Trastorno de apego reactivo
  1. - Criterios diagnósticos del DSM-V
3. Trastorno de depresión mayor
  1. - Criterios diagnósticos del DSM-V
4. Trastorno de ansiedad por separación
  1. - Criterios diagnósticos según DSM-V

#### UNIDAD DIDÁCTICA 6. EL JUEGO COMO MÉTODO EDUCATIVO

1. El juego infantil
  1. - Características del juego infantil
2. El juego didáctico
  1. - El juego en el primer ciclo de Educación Infantil (0-3 años)
  2. - El juego en el segundo ciclo de Educación Infantil (3-6 años)
3. El juego en el contexto escolar
  1. - Juegos cooperativos
4. Dificultades en el juego
5. El juego para niños con discapacidad

#### UNIDAD DIDÁCTICA 7. EL DIBUJO INFANTIL

1. El dibujo infantil
  1. - Características del dibujo infantil
2. Etapas del dibujo infantil
  1. - El garabateo
  2. - Etapa pre-esquemática
  3. - Etapa esquemática
  4. - Los comienzos del realismo
3. Elementos del dibujo infantil
  1. - La intención y la interpretación
  2. - El tipo
  3. - El modelo interno
  4. - El espacio, el tiempo y el movimiento
  5. - El trazo y la localización
  6. - El color

## UNIDAD DIDÁCTICA 8. PROCESOS EDUCATIVOS EN EL APRENDIZAJE INFANTIL

1. Concepto de aprendizaje
2. Teorías de aprendizaje
  1. - Teorías conductistas
  2. - Teorías cognitivas
3. Estrategias y estilos de aprendizaje
  1. - Clasificación de las estrategias de aprendizaje
4. Motivación y aprendizaje
  1. - Procesos metacognitivos

## UNIDAD DIDÁCTICA 9. PROBLEMAS DE APRENDIZAJE

1. Trastorno del déficit de atención con hiperactividad (TDAH)
  1. - Criterios del DSM-V
2. Trastorno del espectro del autismo
  1. - Criterios del DSM-V
3. Trastorno específico del aprendizaje
  1. - Criterios del DSM-V

## UNIDAD DIDÁCTICA 10. INTERVENCIÓN EN FAMILIAS

1. Formación de padres
  1. - Tipos de programas de formación de padres
2. Servicios educativos
3. Escuela de padres
4. Intervención en las familias con hijos con discapacidad
  1. - Apoyo familiar

## PARTE 4. 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 5. INTELIGENCIA EMOCIONAL

### MÓDULO 1. INTRODUCCIÓN A LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

#### UNIDAD DIDÁCTICA 1. INTRODUCCIÓN A LA INTELIGENCIA

1. Conceptos básicos relacionados con la inteligencia
2. Teorías de Inteligencia
3. Tipos de inteligencia
4. Evaluación de la inteligencia
5. Situación actual

#### UNIDAD DIDÁCTICA 2. EMOCIÓN

1. Introducción
2. Sustratos biológicos de la emoción
3. Clasificación emocional
4. Gestión de las emociones

#### UNIDAD DIDÁCTICA 3. INTELIGENCIA EMOCIONAL

1. Introducción
2. Componentes

3. Habilidades de Inteligencia Emocional
4. Relevancia e implicaciones de la Inteligencia Emocional

## MÓDULO 2. INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ÉXITO PERSONAL

### UNIDAD DIDÁCTICA 4. PERSONALIDAD, AUTOCONOCIMIENTO E INTELIGENCIA EMOCIONAL

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

### UNIDAD DIDÁCTICA 5. HABILIDADES RELACIONADAS CON LA IE (I)

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

### UNIDAD DIDÁCTICA 6. HABILIDADES RELACIONADAS CON LA IE (II)

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

### UNIDAD DIDÁCTICA 7. TÉCNICAS PARA AUMENTAR LA IE

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

## MÓDULO 3. INTELIGENCIA EMPRESARIAL Y GESTIÓN EMPRESARIAL

### UNIDAD DIDÁCTICA 8. IE Y VIDA LABORAL (I)

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

### UNIDAD DIDÁCTICA 9. IE Y VIDA LABORAL (II)

1. Adquisición de habilidades: aprendizaje
2. Competitividad
3. El puesto de trabajo
4. Cultura laboral
5. Burnout laboral

#### UNIDAD DIDÁCTICA 10. PNL E INTELIGENCIA EMOCIONAL

1. Introducción. ¿Qué es la Programación Neurolingüística?
2. Niveles de trabajo
3. Planificación

#### UNIDAD DIDÁCTICA 11. DIRECCIÓN Y GESTIÓN EMPRESARIAL CON IE

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

#### UNIDAD DIDÁCTICA 12. HABILIDADES DIRECTIVAS

1. Introducción: el ambiente laboral
2. Comunicación
3. Creatividad
4. Motivación
5. Aprender a delegar
6. Toma de decisiones

#### UNIDAD DIDÁCTICA 13. LIDERAZGO

1. Introducción
2. Liderazgo e Inteligencia Emocional
3. Formación de líderes eficaces
4. Gestión de uno mismo y de otros y orientación hacia el logro
5. Influencia
6. Empowerment

#### MÓDULO 4. INTELIGENCIA EMOCIONAL Y COMUNICACIÓN

#### UNIDAD DIDÁCTICA 14. COMUNICACIÓN

1. Introducción
2. Elementos principales del proceso de comunicación
3. Niveles de la comunicación
4. Elementos que favorecen la comunicación
5. Elementos que dificultan la comunicación

#### UNIDAD DIDÁCTICA 15. COMUNICACIÓN NO VERBAL

1. ¿Qué es la comunicación no verbal?
2. Componentes de la comunicación no verbal
3. El lenguaje corporal

#### UNIDAD DIDÁCTICA 16. COMUNICACIÓN INTERPERSONAL EFECTIVA

1. Concepto
2. Conversación
3. Entrevista
4. Hablar en público
5. Comunicación en grupo

#### UNIDAD DIDÁCTICA 17. COMUNICACIÓN NO VIOLENTA

1. Introducción a la comunicación no violenta
2. Comunicación no violenta: dar paso a la compasión
3. Comunicación empática
4. Comunicación no violenta en los grupos
5. Observar sin enjuiciar
6. Cómo pedir y recibir
7. Expresar enfado y reconocimiento

#### UNIDAD DIDÁCTICA 18. DINÁMICAS DE GRUPOS

1. La dinámica de grupos en la actualidad
2. Principios de cohesión
3. Técnicas de grupo. Definición
4. Técnicas de presentación
5. Técnicas de conocimiento y confianza
6. Técnicas para el estudio y trabajo de temas
7. Técnicas de creatividad
8. Técnicas de evaluación y feedback

