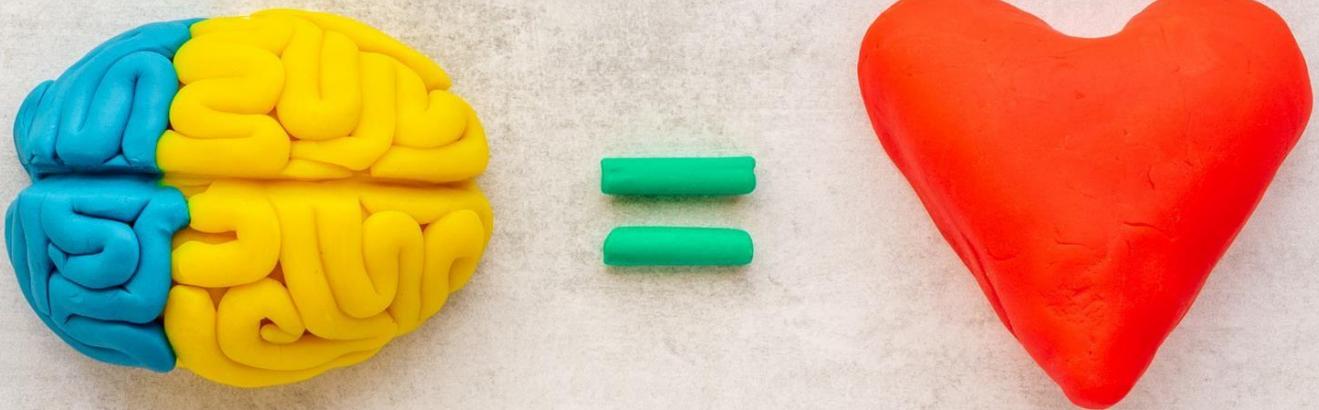


INTELIGENCIA EMOCIONAL: HERRAMIENTAS PRÁCTICAS



Nuestra capacidad de gestionar emociones es fundamental en el ámbito laboral y personal ya que determina nuestras decisiones y acciones. Al finalizar este curso contarás con diversas herramientas prácticas de inteligencia emocional con las que mejorarás tu relacionamiento y desarrollo.



4 sesiones sincrónicas grabadas



Foros de discusión



Recursos de aprendizaje didácticos



Proyecto vivencial

Mediante la metodología 70:20:10 los participantes llevarán a cabo un proyecto dentro de sus propios equipos con la finalidad de combinar conocimiento y experiencia “en la cancha” y puedan tangibilizar resultados.

COMPETENCIAS Y OBJETIVOS DE APRENDIZAJE

- 1.** Entender y reconocer los diferentes estilos de comportamientos y conductas desarrollando un FODA personal.
- 2.** Comprender el origen de las emociones, su diversidad, niveles de intensidad y desarrollar herramientas de autogestión.
- 3.** Analizar los aspectos fundamentales de la empatía para desarrollarla y comprender en qué se basa la motivación.
- 4.** Comprender la relación entre el desarrollo de las relaciones interpersonales y las competencias claves laborales y medir cada esfera de la IE a modo de evaluación.
- 5.** Desarrollar 7 herramientas prácticas de IE para experimentarlas a nivel individual y en equipo.

PLAN DE ESTUDIOS

Módulo 1 (2 horas):

Autoconocimiento como punto de inicio

Módulo 2 (2 horas):

Autorregulación y transición emocional

Módulo 3 (2 horas):

Empatía y motivación

Módulo 4 (2 horas):

Relaciones interpersonales y Test de IE



INFORMACIÓN

1. 5 Sesiones sincrónicas
2. Hasta 24 participantes
3. Horas Sincrónicas: 10
4. Acceso a la plataforma por 3 meses

Inversión: S/ 4,200+ IGV
(por grupo)



PROMOCIONES

10% de dscto:

Por contratar 2 cursos

10% de dscto + 6 meses de acceso:

Por contratar 3 o más cursos



CONTÁCTANOS:

T: +51 980 479 770

E: dtorres@btsperu.pe

W: hability.com/contacto

HABILITY
COM

EMPRESAS



ALEXANDRA ROULET

Actualmente, docente en el Instituto San Ignacio de Loyola y en el centro de innovación y desarrollo emprendedor de la PUCP en los programas de desarrollo de habilidades blandas, cursos cortos y diplomados.

Coach de vida, coach ejecutiva y facilitadora de procesos y programas de desarrollo en habilidades blandas a través del aprendizaje experiencial y el modelo 70:20:10.

EXPERIENCIA PROFESIONAL

- Senior Consulting Associate - **Manpower**
- Docente - **Centro de Innovación y Desarrollo Emprendedor PUCP**
- Docente de educación ejecutiva - **ISIL**
- Coordinadora de Capacitación y Coaching - **HUMANITAE**
- Coordinadora General de Ventas - **Revista Cosas**

ESTUDIOS Y CERTIFICACIONES

- Executive Coach certificada - **HCN (Human Coaching Network)** e **ICI de Alemania**.
- Coach PNL certificada - **ICC de Londres**.
- Trainer Practitioner en Aprendizaje Experiencial con énfasis en Outdoor Training certificada - **OTC**.
- Socia de la **IFSociety** (Sociedad Internacional de facilitadores),
- Socia de la **APEE** (Asociación Peruana de Educación Experiencial)
- Miembro de la **Red de Facilitadoras Latam**.
- Ingeniera en Gestión Empresarial con diplomatura en Gestión Comercial
- Maestría en Dirección Estratégica del Factor Humano.