



Certifícate en 1 mes

INTELIGENCIA EMOCIONAL: APLICACIONES EN EL ÁMBITO CLÍNICO Y ORGANIZACIONAL

El secreto de un buen liderazgo radica en la inteligencia emocional, la cual influye profundamente en otras habilidades. Si tenemos herramientas emocionales bien desarrolladas, nos sentimos productivos, satisfechos y eficaces en la vida.

Ser líder implica conocer las propias emociones y saber qué significa cada una de ellas para tener la capacidad de entender cómo pueden impactar en el desempeño del equipo. La inteligencia emocional y el liderazgo están estrechamente conectados para llegar a ser un buen líder. Son dos características fundamentales que cualquier jefe de equipo o directivo de una empresa debe de tener.

Beneficios



Aprende en la práctica desde la primera sesión aplicándolo a un proyecto real.



Clases virtuales 100% en vivo que quedan grabadas.



Certificación a nombre la USMP, institución con más de 60 años de excelencia académica.

Logros de Aprendizaje

1. Identificar y nombrar sus propias emociones con precisión en contextos cotidianos y laborales.
2. Aplicar al menos tres estrategias de autorregulación emocional en situaciones de presión o conflicto.
3. Diseñar e implementar un plan de acción individual para liderar con inteligencia emocional en su entorno real.

¿A quién está dirigido?



Líderes, jefes y supervisores de equipos.



Profesionales en desarrollo laboral.



Profesionales de la salud y la psicología clínica.

Metodología

ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	SUBTOTAL	TOTAL
Clases en vivo	7 sesiones de 3 horas	21 horas	21 horas
Actividades calificadas	2 actividades que constan de cuestionarios, trabajos u otros instrumentos de evaluación	2 horas	2 horas
Trabajo final	Exposición de trabajo final (última sesión)	1 hora	1 hora
TOTAL DE HORAS DEL CURSO			24 horas*

(*) Equivalente a 32 horas académicas.

Docente

Sonia Cáceres

Psicóloga colegiada y Coach de Vida certificada por la International Association of Coaching Institutes de Alemania y Human Coaching Network.

Máster en Dirección Estratégica del Factor Humano por la Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas. Con más de 15 años de experiencia en gestión del talento, es conferencista en empleabilidad, liderazgo, marca personal y coaching.



Contenido

SEMANA	CONTENIDOS CONCEPTUALES	
1	Sesión 1	<p>Autoconocimiento para el crecimiento personal</p> <ul style="list-style-type: none"> • El papel del autoconocimiento en el desarrollo personal. • Mitos del líder fuerte vs líder consciente. • Inteligencia emocional como base del liderazgo efectivo. • Reacciones automáticas vs respuestas conscientes.
	Sesión 2	<p>Inteligencia emocional para la vida</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué son las emociones y para qué sirven? • Componentes de la inteligencia emocional. • Reconocimiento de las emociones: tipos de emociones. • Principales modelos teóricos (Mayer & Salovey, Goleman).
2	Sesión 3	<p>Inteligencia emocional y desarrollo laboral</p> <ul style="list-style-type: none"> • Importancia de la IE en el ámbito organizacional. • El papel de la automotivación. • Regulación emocional en contextos de presión. • Resiliencia y tolerancia a la frustración.
	Sesión 4	<p>El papel de la autorregulación emocional</p> <ul style="list-style-type: none"> • Beneficios del desarrollo emocional consciente. • Estrategias funcionales y disfuncionales. • Disparadores emocionales personales. • Asertividad.
3	Sesión 5	<p>Inteligencia emocional aplicada a la clínica</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qué es la IE desde una mirada clínica. • Autoobservación emocional sin juicio. • Microherramientas de regulación emocional aplicadas a la clínica. • Las cinco aptitudes emocionales de la autorregulación.
4	Sesión 6	<p>Comunicando con mis emociones</p> <ul style="list-style-type: none"> • Comunicación emocionalmente inteligente. • Cómo dar feedback sin generar defensividad. • Escucha activa y lectura emocional. • Manejo emocional de conflictos.
	Sesión 7	<p>Liderazgo e inteligencia emocional</p> <ul style="list-style-type: none"> • Empatía, escucha y lectura emocional del equipo. • Confianza y seguridad psicológica. • Autocuidado del líder y prevención del desgaste. • Inteligencia emocional y mindfulness – Desactivando el piloto automático.

Certificación

Al aprobar el curso, obtendrás tu certificado virtual a nombre de la USMP.



Inicio y horarios

- **Inicio de clases:** 16 de junio
- **Frecuencia:** Martes y jueves
- **Fechas de clases en vivo:** 16, 18, 23, 25 y 30 de junio, 05 y 07 de julio.
- **Horario de clases:** 7:15 p.m. a 10:15 p.m.
- **Duración:** 7 sesiones

Informes e inscripciones