

Enfoca tu vida con inteligencia emocional



Información general.

Modalidad	Presencial / Aula Virtual
Duración	4 horas
Objetivos	Reconocer y manejar de manera adecuada las emociones. Utilizar las emociones como guía para la resolución de problemas y manejo de conflictos. Favorecer el equilibrio emocional a nivel personal y laboral. Mejorar las relaciones interpersonales con los demás.



Programa del curso.

RECONOCER LAS EMOCIONES

LAS EMOCIONES COMO GUÍA PARA LA RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS Y MANEJO DE CONFLICTOS

EL EQUILIBRIO EMOCIONAL A NIVEL PERSONAL Y LABORAL

MEJORA LAS RELACIONES INTERPERSONALES CON LOS DEMÁS