

Inteligencia Emocional

¿Qué resuelve? Reacciones impulsivas, vínculos desgastados y líderes que saben mucho pero generan poco en las personas.

¿Qué aprendés? A reconocer tus propias emociones y las del equipo, regularlas bajo presión y usarlas para tomar mejores decisiones y construir relaciones de confianza.

90%

de los líderes de alto desempeño tienen alta inteligencia emocional

Fuente: Daniel Goleman, Emotional Intelligence

¿TE SUENA FAMILIAR?

- Reaccionás de una forma en el momento y después lo lamentás
- Hay personas en tu equipo que te sacan de eje sin que puedas evitarlo
- El estrés te hace tomar decisiones que en frío no tomarías
- Te cuesta leer cómo está emocionalmente tu equipo
- La presión del rol te desconecta de las personas

QUÉ INCLUYE EL PROGRAMA

- 01 Las 5 competencias de Goleman
- 02 Autoconciencia y autorregulación emocional
- 03 Empatía como herramienta de liderazgo
- 04 IE bajo presión: cómo sostenerla
- 05 Gestión emocional en conflictos
- 06 Herramientas prácticas y casos reales

 8 horas

 Presencial o virtual

 Supervisores y mandos medios

 Material incluido

 Con medición de impacto

LO QUE SE LLEVAN



Mayor conciencia de sus propias reacciones emocionales y cómo gestionarlas



Capacidad para leer el estado emocional del equipo y actuar en consecuencia



Vínculos más sólidos basados en confianza y comunicación empática