

INTELIGENCIA EMOCIONAL: CONTROL DE ESTRÉS

Precio del curso	Asociados 77 €	No asociados 90 €
Modalidad	Online	
Duración	30 Horas	
Categoría	Formación continua	

Los requisitos en materia de formación exigidos por la **Dirección General de Seguros** a todas las personas que participan en la Mediación de seguros permiten que los consumidores y usuarios obtengan un servicio de calidad. Con este curso tanto los empresarios como los trabajadores del Sector, estarán cumpliendo con las obligaciones de **FORMACIÓN CONTINUA** establecidos legalmente.

OBJETIVOS	<p>OBJETIVOS GENERALES.-</p> <p>El objetivo de este curso es dominar los conocimientos teóricos y prácticos de las técnicas del control emocional más aceptadas y utilizadas, centrándonos en las técnicas de relajación y control del estrés. Contribuir a la competitividad de las empresas favoreciendo la introducción de las innovaciones que lo faciliten y asegurando la adaptación de los trabajadores a los cambios producidos.</p>
CONTENIDO	<p>TEMA 1.- LA INTELIGENCIA</p> <p>TEMA 2.- LAS EMOCIONES</p> <p>TEMA 3.- CONCEPTO Y EVALUACIÓN DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL</p> <p>TEMA 4.- EL LIDERAZGO</p> <p>TEMA 5.- LOS EQUIPOS DE TRABAJO</p> <p>TEMA 6.- EL ESTRÉS, LA ANSIEDAD Y LAS HABILIDADES SOCIALES</p> <p>TEMA 7.- EL ESTRÉS LABORAL</p> <p>TEMA 8.- LA AUTOESTIMA, MARCO DE REFERENCIA DESDE EL CUAL EL HOMBRE SE PROYECTA</p> <p>TEMA 9.- LA AUTOESTIMA EN LAS RELACIONES INTERPERSONALES</p> <p>TEMA 10.- TÉCNICAS DE AUTOCONTROL EMOCIONAL</p> <p>TEMA 11.- TÉCNICAS COGNITIVAS</p>