



## Curso Online de **Emotional Management Training**

*Estrategias para maximizar la efectividad en los equipos y organizaciones a través de la gestión emocional.*

**ARGENTINA**  
(54) 1159839543

**BOLÍVIA**  
(591) 22427186

**COLOMBIA**  
(57) 15085369

**CHILE**  
(56) 225708571

**COSTA RICA**  
(34) 932721366

**EL SALVADOR**  
(503) 21366505

**MÉXICO**  
(52) 5546319899

  
**Iniciativas Empresariales**  
*| estrategias de formación*



[atcliente@iniciativasempresariales.edu.es](mailto:atcliente@iniciativasempresariales.edu.es)  
[america.iniciativasempresariales.com](http://america.iniciativasempresariales.com)  
Sede Central: BARCELONA - MADRID



**Llamada Whatsapp**  
**(34) 601615098**

**PERÚ**  
(51) 17007907

**PANAMÁ**  
(507) 8338513

**PUERTO RICO**  
(1) 7879457491

**REP. DOMINICANA**  
(1) 8299566921

**URUGUAY**  
(34) 932721366

**VENEZUELA**  
(34) 932721366

**ESPAÑA**  
(34) 932721366

# Emotional Management Training

## Presentación

El Emotional Management es una metodología, con herramientas y procedimientos concretos, que pretende corregir la miopía emocional de los equipos y organizaciones, así como permitir aprender y comprender las dinámicas internas de estos equipos y, en consecuencia, poder actuar sobre ellas para orientarlas mejor hacia todos nuestros objetivos.

Gran parte del contenido del programa hace referencia a modelos de liderazgo ya conocidos, pero la visión ordenada y sistemática de todos ellos constituye por sí misma un plan de acción para el responsable del equipo.

Este curso está diseñado para proporcionar a los participantes una comprensión profunda de lo que significa la gestión de personas y equipos y está orientado tanto a personas que empiezan a liderar equipos de trabajo como a aquellas que, llevando tiempo en la función, quieren mejorar la efectividad de su gestión.

En este sentido es útil tanto para máximos responsables y directivos, como para responsables de equipos interesados en desarrollar sus competencias en el ámbito de las organizaciones.

## La Formación E-learning

Los cursos online se han consolidado como un método educativo de éxito en la empresa ya que aportan flexibilidad al proceso de aprendizaje, permitiendo al alumno escoger los momentos más adecuados para su formación. Con más de 35 años de experiencia en la formación de directivos y profesionales, Iniciativas Empresariales y la Manager Business School presentan sus cursos e-learning. Diseñados por profesionales en activo, expertos en las materias impartidas, son cursos de corta duración y eminentemente prácticos, orientados a ofrecer herramientas de análisis y ejecución de aplicación inmediata en el puesto de trabajo.

Nuestros cursos e-learning dan respuesta a las necesidades formativas de la empresa permitiendo:

- 1** La posibilidad de *escoger* el momento y lugar más adecuado para su formación.
- 2** *Interactuar* con otros estudiantes enriqueciendo la diversidad de visiones y opiniones y su aplicación en situaciones reales.
- 3** *Aumentar sus capacidades* y competencias en el puesto de trabajo en base al estudio de los casos reales planteados en el curso.
- 4** *Trabajar* con los recursos que ofrece el entorno on-line.

# Emotional Management Training

## Objetivos del curso:

---

- Identificar de manera proactiva las competencias básicas del liderazgo y comprender su importancia a la hora de gestionar el cambio en la organización.
- Comprender el alcance, el poder y la responsabilidad de asumir un liderazgo inspirador orientado al servicio y al desarrollo de las personas.
- Tener una visión holística de todas las herramientas y procedimientos que el líder tiene a su disposición para promover y gestionar los procesos de cambio, mucho más allá de la simple gestión de proyectos.
- Comprender las diferencias que existen entre gestionar y liderar equipos y personas.
- Descubrir qué es un equipo de alto desempeño, identificar los elementos que lo caracterizan y reconocer los procesos que hay que seguir para lograrlo.
- Comprender la importancia del autoconocimiento del propio líder, así como la necesidad de que éste sea capaz de reconocer y gestionar las emociones de terceros.
- Reflexionar sobre la comunicación y su importancia a la hora de establecer relaciones de calidad con los demás.
- Proporcionar herramientas y modelos clave para facilitar la cohesión, la resolución de conflictos y la optimización del rendimiento en los equipos.
- Reconocer el momento vital en el que se encuentran los equipos e identificar el estilo de liderazgo más adecuado a cada momento y/o contexto organizacional.
- Fomentar el desarrollo personal y profesional de los miembros del equipo a través del propósito.
- Liderar e inspirar a las personas para dar lo mejor de sí mismas en cada momento.

“ Un curso práctico para líderes que buscan mejorar la cohesión y la productividad de sus equipos ”

## Dirigido a:

---

Directivos, Mandos Intermedios y personal de la empresa que ejerzan un rol de liderazgo en su trabajo y en sus equipos y quieran desarrollar habilidades y competencias propias del Emotional Management.

## Emotional Management Training

### Estructura y Contenido del curso

El curso tiene una duración de 50 horas lectivas 100% online que se realizan a través de la plataforma e-learning de Iniciativas Empresariales que permite el acceso de forma rápida y fácil a todo el contenido:

#### Manual de Estudio

8 módulos de formación que contienen el temario que forma parte del curso y que ha sido elaborado por profesionales en activo expertos en la materia.

#### Material Complementario

En cada uno de los módulos que le ayudará en la comprensión de los temas tratados.

#### Ejercicios de aprendizaje y pruebas de autoevaluación

para la comprobación práctica de los conocimientos adquiridos.

**Bibliografía y enlaces** de lectura recomendados para completar la formación.

### Metodología 100% E-learning



#### Aula Virtual \*

Permite el acceso a los contenidos del curso desde cualquier dispositivo las 24 horas del día los 7 días de la semana.

En todos nuestros cursos es el alumno quien marca su ritmo de trabajo y estudio en función de sus necesidades y tiempo disponible.



#### Soporte Docente Personalizado

El alumno tendrá acceso a nuestro equipo docente que le dará soporte a lo largo de todo el curso resolviendo todas las dudas, tanto a nivel de contenidos como cuestiones técnicas y de seguimiento que se le puedan plantear.



\* El alumno podrá descargarse la APP Moodle Mobile (disponible gratuitamente en Google Play para Android y la Apple Store para iOS) que le permitirá acceder a la plataforma desde cualquier dispositivo móvil y realizar el curso desde cualquier lugar y en cualquier momento.

## Contenido del Curso

### MÓDULO 1. Introducción

4 horas

#### 1.1. Las competencias directivas y la gestión del cambio:

- 1.1.1. Gestionar. Dirigir. Liderar.
- 1.1.2. ¿Qué son las competencias?
- 1.1.3. Competencias directivas (visión, ejecución, relación).
- 1.1.4. ¿Por qué fracasan los cambios?
- 1.1.5. Liderazgo y cambio.
- 1.1.6. Los 5 niveles del liderazgo.

#### 1.2. ¿Qué es el Emotional Management Training?

- 1.2.1. Miopía organizacional.
- 1.2.2. Caja de herramientas.

#### 1.3. Estructura del Emotional Management Training:

- 1.3.1. ¿Cuáles son los beneficios del programa EMT?
- 1.3.2. ¿Qué aprenderá en este programa?
- 1.3.3. Metodología.

### MÓDULO 2. Equipos de alto rendimiento

2 horas

#### 2.1. Pongámonos a prueba:

- 2.1.1. ¿Es un equipo de alto rendimiento?
- 2.1.2. ¿Por qué? ¿Cuáles son las evidencias?
- 2.1.3. ¿Qué han tenido que hacer para lograrlo?

#### 2.2. Gestionar vs liderar.

### MÓDULO 3. Self-Management. Autoconocimiento e Inteligencia Emocional

10 horas

#### 3.1. ¿Quién eres? ¿Te conoces?

#### 3.2. La brújula de la autogestión.

#### 3.3. Breve introducción a la Inteligencia Emocional:

- 3.3.1. La teoría de las inteligencias múltiples.

## Emotional Management Training

3.3.2. La Inteligencia Emocional.

3.3.3. Las cinco competencias emocionales.

### 3.4. Conozcamos un poco mejor nuestro cerebro:

3.4.1. Integración de las tres partes del cerebro en la Inteligencia Emocional.

3.4.2. La gestión de las emociones. El secuestro amigdaliano.

3.4.3. La bioquímica de la respuesta emocional: hormonas y neurotransmisores.

### 3.5. Herramientas de autoconocimiento:

3.5.1. Aprender a reconocer nuestras emociones.

3.5.2. La ventana de Johary. Un marco para la autoconciencia y las relaciones interpersonales.

3.5.3. Los 7 puertos de la vida: una herramienta para el equilibrio personal.

3.5.4. El test MBTI.

### 3.6. Herramientas de autogestión emocional:

3.6.1. La tabla de balances de energía.

3.6.2. Método DAFO personal: un análisis estratégico para el autoconocimiento y la mejora personal.

3.6.3. Gestionar las creencias limitantes.

3.6.4. El concepto de IKIGAI.

3.6.5. El BMC aplicado al ámbito personal.

### 3.7. Conclusión.

### 3.8. Lectura adicional.

## MÓDULO 4. Emotional Management (1): conocer a las personas

6 horas

Una buena comunicación es una habilidad fundamental tanto en el ámbito profesional como en el personal. Por ello, es importante conocer cómo mejorar nuestras habilidades comunicativas para influir positivamente en nuestras relaciones y en nuestro entorno organizacional. La inversión en estas competencias no solo promueve el éxito profesional, sino que también enriquece nuestras relaciones personales y nuestro bienestar general.

### 4.1. Conversar para cambiar.

### 4.2. La importancia de la comunicación.

### 4.3. Conversaciones poderosas. El arte de la comunicación transformadora:

4.3.1. La esencia de una conversación poderosa.

4.3.2. Componentes clave de una conversación poderosa.

4.3.3. Beneficios de las conversaciones poderosas.

4.3.4. Presentaciones poderosas.

## Emotional Management Training

### 4.4. Los siete pecados capitales de la comunicación interpersonal:

4.4.1. Pecados capitales.

4.4.2. Virtudes capitales.

### 4.5. Los cinco niveles de la comunicación interpersonal.

### 4.6. Estilos comunicativos:

4.6.1. Origen y fundamentos del modelo DISC de estilos comunicativos.

4.6.2. Consideraciones importantes del modelo DISC.

4.6.3. Los 4 estilos comunicativos.

4.6.4. Puntos fuertes y débiles de cada estilo comunicativo del modelo DISC.

4.6.5. Los estilos comunicativos al límite.

4.6.6. Adaptación de estilos en el modelo DISC.

4.6.7. Reconocer los estilos de los demás.

4.6.8. Test DISC.

### 4.7. La asertividad, clave en el liderazgo:

4.7.1. Cómo desarrollar la asertividad.

4.7.2. Beneficios de la asertividad.

4.7.3. La técnica DESC. Comunicación efectiva para el cambio del comportamiento.

### 4.8. Conclusión.

## MÓDULO 5. Emotional Management (2): conocer al equipo

6 horas

En el ámbito del liderazgo y la gestión de equipos, es fundamental reconocer y comprender a las personas que integran nuestros equipos de trabajo. Este conocimiento no solo facilita una mejor coordinación y comunicación, sino que también es esencial para fomentar un ambiente de confianza y colaboración, elementos clave para el desarrollo de equipos de alto rendimiento. Comprender a los miembros del equipo implica ir más allá de sus roles funcionales. Se trata de entender sus motivaciones, fortalezas, debilidades y cómo interactúan entre sí, lo que nos permitirá como líderes asignar tareas de manera más efectiva, resolver conflictos de manera más eficiente y motivarlos hacia el logro de objetivos comunes.

### 5.1. Introducción.

### 5.2. El sociograma o mapa de relaciones:

5.2.1. Utilidad del sociograma.

5.2.2. Tipos de relaciones representadas.

5.2.3. Creación y análisis de un sociograma.

### 5.3. Ciclo de vida de un equipo de alto rendimiento:

# Emotional Management Training

- 5.3.1. Modelo de Drexler-Sibbet.
- 5.3.2. Ejemplo práctico de aplicación del modelo de Drexler-Sibbet.
- 5.3.3. Modelo de Tuckman.
- 5.4. Los roles de Belbin:**
  - 5.4.1. Aplicación práctica del modelo de Belbin.
  - 5.4.2. Ejemplo de aplicación de los 9 roles.
- 5.5. Las cinco disfunciones de los EAR.**
- 5.6. Conclusión.**

## MÓDULO 6. Emotional Management (3): gestionar al equipo

10 horas

El liderazgo es un componente crucial para la gestión efectiva de equipos y comprender los diferentes enfoques puede marcar una diferencia significativa en cómo se alcanzan los objetivos organizacionales. Por ello, es importante explorar varios modelos de liderazgo que han demostrado su eficacia en diversos contextos y situaciones. Estos modelos ofrecen perspectivas únicas y herramientas prácticas para mejorar sus habilidades de liderazgo y adaptarlas a las necesidades específicas de su equipo.

- 6.1. Introducción.**
- 6.2. ¿Ayudamos a Pedro?:**
  - 6.2.1. Primera reunión. Lanzamiento.
  - 6.2.2. Segunda reunión. Seguimiento.
  - 6.2.3. ¿Y ahora qué?
- 6.3. Liderazgo situacional (Hersey y Blanchard):**
  - 6.3.1. Principios fundamentales del liderazgo situacional.
  - 6.3.2. Estilos de liderazgo.
  - 6.3.3. Aplicación del modelo del liderazgo situacional.
  - 6.3.4. Ejemplo práctico de aplicación.
- 6.4. Liderazgo emocional (Daniel Goleman):**
  - 6.4.1. Principios fundamentales del liderazgo emocional.
  - 6.4.2. Los seis estilos de liderazgo emocional.
  - 6.4.3. Aplicación del modelo de liderazgo emocional.
  - 6.4.4. Ejemplo práctico de aplicación.
- 6.5. Liderazgo transformacional (Posner y Kouzes):**
  - 6.5.1. Principios fundamentales del liderazgo transformacional.
  - 6.5.2. Ejemplo práctico de aplicación.



# Emotional Management Training

## 6.6. Los siete hábitos de la gente altamente efectiva (Stephen Covey):

- 6.6.1. Las raíces de la efectividad.
- 6.6.2. Principios fundamentales de los 7 hábitos.
- 6.6.3. La matriz de Eisenhower.
- 6.6.4. La cuenta bancaria emocional.
- 6.6.5. Ejemplo práctico de aplicación de los 7 hábitos.

## MÓDULO 7. Leadership Management: propósito y proyecto

6 horas

El propósito es el motor invisible que transforma el trabajo rutinario en una misión significativa, capaz de generar una profunda conexión emocional y un compromiso sólido entre los miembros de un equipo. En un mundo empresarial cada vez más enfocado en la productividad y la eficiencia, a menudo se subestima el poder transformador del propósito. Sin embargo, numerosos estudios y ejemplos en la historia reciente de grandes líderes empresariales han demostrado que un propósito claro no solo inspira a los empleados, sino que también impulsa el rendimiento organizacional a niveles extraordinarios.

### 7.1. El poder del propósito en el liderazgo:

- 7.1.1. El propósito como fuerza motriz en la historia de grandes líderes.
- 7.1.2. Cómo el propósito transforma el trabajo y genera compromiso en los equipos.

### 7.2. El propósito como inspiración:

- 7.2.1. Define tu propósito.
- 7.2.2. La importancia de la visión inspiradora.

### 7.3. El propósito como herramienta de desarrollo:

- 7.3.1. Cómo el propósito puede guiar el crecimiento de los colaboradores.
- 7.3.2. La responsabilidad del líder en el desarrollo del equipo.
- 7.3.3. Crear un entorno donde los colaboradores encuentren significado en su trabajo.

### 7.4. El proyecto: convertir el propósito en realidad.

### 7.5. Conclusión.

## MÓDULO 8. Guía de aplicación del Emotional Management

6 horas

### 8.1. El reto de la aplicación del Emotional Management.

#### 8.2. Self Management:

- 8.2.1. Conócete a ti mismo.
- 8.2.2. ¿Qué emociones despierta en ti este proyecto?
- 8.2.3. Ventana de Johari.
- 8.2.4. Los siete puertos de la vida.
- 8.2.5. DAFO personal.
- 8.2.6. Test MBTI.
- 8.2.7. Tabla de balances de energía (o botiquín emocional).
- 8.2.8. Analiza tus creencias limitantes.
- 8.2.9. Ikigai.
- 8.2.10. El BMC personal.

#### 8.3. Emotional Management: conoce a las personas

- 8.3.1. Centrarse en las personas.
- 8.3.2. Aprender a conversar.
- 8.3.3. Conocer a las personas.
- 8.3.4. Los 5 niveles de la comunicación interpersonal.
- 8.3.5. Modelo DISC.

#### 8.4. Emotional Management: conoce al equipo

- 8.4.1. El sociograma.
- 8.4.2. Ciclo vital del equipo.
- 8.4.3. Los roles de Belbin.

#### 8.5. Emotional Management: gestiona al equipo

- 8.5.1. Identifica (perfila) tus estilos de liderazgo.
- 8.5.2. Liderazgo situacional.
- 8.5.3. Liderazgo emocional.
- 8.5.4. Liderazgo transformacional.

#### 8.6. Leadership management: el propósito

- 8.6.1. Business Model Canvas.
- 8.6.2. Simon Sinek y el 'círculo de oro'.
- 8.6.3. Las 7's de McKinsey.

#### 8.7. Gestionando la transición: evita los 8 errores.

#### 8.8. Conclusión.

# Emotional Management Training

## Autor



### Sergio Carol Llopart

Programa de desarrollo directivo PDD IESE con amplia experiencia desempeñando funciones de Director de Talento y Director de Procesos y nuevos proyectos de RRHH en una multinacional aseguradora.

Es profesor asociado en EAE Business School y en UNIR (Universidad de la Rioja) donde imparte clases en diversos programas de máster de Recursos Humanos y gestión del talento, tanto para España como países LATAM.

Creador del modelo de liderazgo *Emotional Management* y coautor del libro *La isla de los elefantes* sobre gestión del cambio en las organizaciones.

## Titulación

Una vez finalizado el curso el alumno recibirá el diploma que acreditará el haber superado de forma satisfactoria todas las pruebas propuestas en el mismo.

