



# INTELIGENCIA EMOCIONAL: PERCIBE, MANEJA, COMPRENDE Y UTILIZA LAS EMOCIONES



**CURSO VIRTUAL**



**100% ONLINE  
EN TIEMPO REAL**



**Autónoma**  
Universidad Autónoma del Perú

**EDUCACIÓN  
CONTINUA**

# MODELO DE APRENDIZAJE

30 horas  
12 horas online  
18 horas offline



## MENTORING

- ▶ Tutoría de expertos para la toma de decisiones de los estudiantes



## APRENDER HACIENDO

- ▶ Combina la teoría con la práctica



## FOCO EN LA VIDA REAL PROFESIONAL REAL

- ▶ Aprendizaje basado en casos y experiencias reales



## FLIPPED CLASSROOM + MICROLEARNING

- ▶ Sesiones Síncronas: 4 sesiones de 3 horas vía zoom
- ▶ Foros: Te retamos a proponer estrategias relacionadas a la sesión
- ▶ Lecturas complementarias: Documentos que te ayudarán a enriquecer el tema o sesión
- ▶ Videos de casos o actividades: 4 minutos en videos grabados zoom
- ▶ Autoevaluación: Consolida lo aprendido durante la sesión

# CURSO

## INTELIGENCIA EMOCIONAL: PERCIBE, MANEJA, COMPRENDE Y UTILIZA LAS EMOCIONES

### DOCENTE

#### Roger Cárdenas Valderrama

- ▶ Maestrando en Psicología Clínica
- ▶ Psicólogo con amplia experiencia en Competencias Socioemocionales, coaching educativo



A vertical image on the left side of the page shows a person's hands holding a document titled "MARKETING". The document features a bar chart and a pie chart. The person is wearing a white long-sleeved shirt and a watch on their left wrist. The background is a soft, out-of-focus office setting.

## RESUMEN

En este curso conocerás qué es la inteligencia emocional y la importancia en desarrollar una mayor conciencia emocional para nuestro desarrollo personal y profesional. Actualmente, una de las habilidades blandas más demandadas es tener una adecuada gestión de emociones para un mejor desempeño a nivel interpersonal, tanto en nuestra vida personal, profesional y laboral. Por otra parte, la inteligencia emocional brinda elementos de gran ayuda para el liderazgo intrapersonal ya que permiten tener un mejor equilibrio personal y mayor capacidad de influencia en las personas que lo rodean.

# TEMARIO



## Inteligencia Emocional y Autoliderazgo

Conocerá los componentes de la Inteligencia Emocional, así como también comprenderá las barreras y limitaciones que impiden avanzar en un auténtico autoliderazgo, mejorando la capacidad de autoconocimiento, seguridad en sí mismo y gestión emocional.



## Toma de Decisiones y Gestión del Conflicto

Aprenderá a ejercitar la habilidad de toma de decisiones para manejar los conflictos de forma constructiva influyendo de manera más eficaz y creativa en la solución de los mismos para su aplicación en diversos ámbitos.



## Escucha Activa y Comunicación Efectiva

Promoverá la reflexión acerca de la importancia de comunicarnos eficazmente a través del proceso de escucha activa.



## Perseverancia y Éxito

Aprenderá a reconocer la importancia de ser perseverante para lograr la consecución de los objetivos que nos planteamos (lograr el éxito) .



**CERTIFICADO POR  
36 HORAS ACADÉMICAS**



**Autónoma**  
Universidad Autónoma del Perú

**EDUCACIÓN  
CONTINUA**

Aprende **y** crece

## Informes

Zahira Bazan Cristobal




Whatsapp: 924 258 332

Teléfono: 715-3335 anexo: 287 / 288 / 356

E-mail: [edcontinua@autonoma.pe](mailto:edcontinua@autonoma.pe)

Panamericana Sur Km. 16.3, Villa el Salvador



Síguenos en:   

[www.autonoma.pe](http://www.autonoma.pe)