

## Habilidades de Dirección

# La inteligencia emocional

Pamplona,  
16 a 25 de junio de 2009

### OBJETIVOS:

- Desarrollar nuestro autoconocimiento a través del análisis, la introspección y el desarrollo de la conciencia.
- Ampliar nuestro autocontrol y autodominio
- Entrenar habilidades sociales de comunicación asociadas a la mejora de las relaciones con los demás.
- Automotivarnos y plantearnos nuevos logros.
- Tolerar la frustración y salvar los obstáculos.

### DIRIGIDO A:

- Directivos y gestores de entidades deportivas (federaciones, clubes)
- Responsables y técnicos de las áreas de deportes de las entidades locales
- Responsables de servicios deportivos universitarios
- Personal de dirección y gestión de empresas que operan en el ámbito del ejercicio físico y el deporte.
- Personas de las entidades deportivas que quieran aprender a integrar conocimientos y emociones, a canalizarlos de forma adecuada y mejorar su relación con los demás.

Organiza



2012 | CONTIGO  
AVANZAMOS

# La inteligencia emocional

## METODOLOGIA

Se pretende que los participantes del curso tengan la oportunidad de reflexionar sobre los diferentes aspectos que componen la Inteligencia Emocional. Para ello se van a poner en práctica diversas dinámicas de participación activa como simulaciones, role play, etc.



## CONTENIDOS

- La inteligencia emocional: Una forma distinta de ser inteligente.
- Competencias personales de la inteligencia emocional:
  - Conciencia de uno mismo
  - Autocontrol
  - Motivación
    - + Motivación de logro: pensamiento positivo y esfuerzo por mejorar.
    - + Resolución de problemas: desensibilización sistemática.
- Competencias sociales:
  - Empatía:
    - + La comprensión de los demás: entrenamiento en escucha.
    - + Feedback y comunicación interpersonal: orientación emocional hacia los otros.
  - Habilidades sociales:
    - + Comunicación eficaz para las relaciones interpersonales.
    - + Estilos de comunicación: entrenamiento en asertividad.
    - + Colaboración y cooperación, trabajo con otros en metas colectivas.

## PROFESORADO

### Dña. AINHOA RUIZ.

Licenciada en Ciencias de la Comunicación y experta en la Dirección y la Gestión de Recursos Humanos. Su ámbito de actuación profesional es la formación y motivación de equipos humanos, así como la mejora de capacidades y actitudes personales en diferentes empresas.

# La inteligencia emocional

## INSCRIPCIÓN

- **Límite de plazas:** 25. Admisión por orden de inscripción
- **Procedimiento de inscripción:**
  - Reserva y confirmación de plaza en el e-mail: **info@fundacionmiguelindurain.com** o en el teléfono: **948 20 60 59** indicando los datos que constan a continuación: nombre, apellidos, D.N.I., dirección, código postal, e-mail, formación académica, actividad profesional y entidad a la que pertenece.
  - Pago: Confirmada la reserva se efectuará el pago mediante transferencia bancaria al número de cuenta: **20540000449120289050**. Concepto "curso habilidades de dirección".
- **Cuota de inscripción:** 40 €
- **Plazo de inscripción:** Hasta del día 10 de junio.

## LUGAR, FECHAS Y HORARIOS.

**Fechas:** 16, 18, 23 y 25 de junio

**Horario:** 17 a 21 horas.

**Lugar:** Centro de Estudios, Investigación y Medicina del Deporte (CEIMD) - Estadio Larrabide. C/ Sangüesa,34 31005 Pamplona



## SECRETARÍA DEL CURSO

Fundación Miguel Indurain.  
C/ Paulino Caballero, 13 (entreplanta).  
Casa del Deporte • T. 948 20 60 59.  
info@fundacionmiguelindurain.com